SPORT WODNY



STYCZEŃ 1933

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY SPRAWOM
WIOŚLARSTWA, ŻEGLARSTWA
PŁYWACTWA, TURYSTYKI WODNEJ
I JACHTINGU MOTOROWEGO

Nr. 1 SZY

ROK IX

CENA 1 ZŁ.



Kluby należące do Polskiego Związku Towarzystw Wioślarskich.

1. Warszawskie Towarzystwo, Warszawa, Foksal 19, r. zał. 1878.
2. Towarzystwo Wioślarskie, Płock, r. zał. 1884.
3. Towarzystwo Wioślarskie w Włocławku, Włocławek, Łęgska 28, r. zał. 1886.
4. Oddział Wioślarski Tow. Gimn. „Sokół", Kraków, Kościuszki 2, r. zał. 1892.
5. Towarzystwo Wioślarskie w Kaliszu, Park miejski, r. zał. 1894.
6. Towarzystwo Wioślarskie w Koninie, r. zał. 1900.
7. Towarzystwo Wioślarskie w Łomży, Plac Kościuszki 20, r. zał. 1901.
8. Klub Wioślarski w Poznaniu, ul. 3 maja Nr. 3, r. zał. 1904.
9. Wileńskie Towarzystwo Wioślarskie, Wilno, Piwna 13, r. zał. 1908.
10. Klub Wioślarski „Gopło" w Kruszwicy, r. zał. 1911.
11. A. Z. S. Kraków, Kościuszki 1, r. zał. 1911.
12. Poznański Klub Wioślarski „Tryton", Plac Bernardyński 2, r. zał. 1912.
13. Towarzystwo Wioślarskie w Nowym Sączu, r. zał. 1912.
14. Towarzystwo Wioślarskie w Pułtusku, r. zał. 1913.
15. A.Z.S. Warszawa, Akademicka Nr. 5, r. zał. 1919.
16. Wojskowy Yacht Klub Rz. Polskiej, Warszawa, Wybrzeże Kościuszkowskie, r. zał. 1919.
17. Klub Wioślarski „Wisła", Warszawa, Wioślarska 4, r. zał. 1920.
18 Bydgoskie Towarzystwo Wioślarskie, Gdańska 35, r. zał. 1920.
19. Klub Wioślarski w Toruniu, Pomorski Bank Rolniczy, r. zał. 1920.
20. A. Z. S. Poznań, Zielona 2, r. zał. 1931.
21. Klub Wioślarski, Gdańsk, Dominikswall Nr. 6, r. zał. 1922.
22. Towarzystwo Wioślarzy „Polonia", Poznań, Dąbrowskiego 36, r. zał. 1922.
23. Wojskowy Klub Wioślarski, Kraków, Stradom 14, r. zał. 1922.
24. Wojskowy Klub Sportowy „Pogoń", Wilno, skrz. poczt. Nr. 109, r. zał. 1922.
25. Wojskowy Klub Wioślarski „Grodno" w Grodnie, Zamkowa 2, r. zał. 1923.
26. Towarzystwo Wioślarskie Ostrołęka, r. zał. 1924.
27. Towarzystwo Wioślarskie, Łuck, Słowackiego 8, r. zał. 1923.
28. Klub Sportowy 3 b. sap. Wilno, 3 baon sap. Wil., r. zał. 1923.
29 Wojskowy Klub Wioślarski, Poznań, Stradom 14, r. zał. 1924.
30. Grudziądzkie Towarzystwo Wioślarskie „Wisła", Grudziądz, r. z. 1924.
31. Wojskowy Klub Wioślarski, Modlin, r. zał. 1924.
32. A. Z. S. Wilno, św. Jana Nr. 10, r. zał. 1925.
33. Klub Wioślarski „Gryf", Bydgoszcz, Jasna 23, r. zał. 1925.
34. Towarzystwo Wioślarskie Agrotechników w Czernichowie, Szkoła Rolnicza, r. zał. 1926.
35. Chełmżyńskie Towarzystwo Wioślarskie, Chełmża, r. zał. 1927.
36. Tomaszowskie Towarzystwo Wioślarskie, Tomaszów Mazowiecki, r. zał. 1927.
37. Oddział Wioślarski T. G. „Sokół", Warszawa, Wybrzeże Saskiej Kępy, r. zał. 1927.
38. Policyjny Klub Sportowy, Wilno, Mostowa 9, r. zał 1928.
39. Klub Sportowy YMCA, Warszawa, Konopnickiej 7, r. zał. 1928.
40. Klub Wioślarski „Syrena", Warszawa, Solec 10, r. zał. 1928.
41. Wojskowy Klub Sportowy „Żoliborz", Warszawa, Cytadela, r. zał. 1928.
42. Kujawski Klub Wioślarski w Włocławku, ul. Piwna, r. zał. 1929.
43. Policyjny Klub Sportowy, Warszawa, Senatorska 12, r. zał. 1929.
44. Kolejowy Klub Wioślarski, Bydgoszcz, Warsztaty I, r. zał. 1929.
45. Sekcja Wioślarska Klubu Sport. 3 p. a. c. Wilno, r. zał. 1929.
46. Koło Wioślarzy przy Stow. „Ognisko" w Skarżysku, r. zał. 1930.
47. Klub Wioślarski Kolejowego Przysp. Wojsk. w Tczewie, Gdańska 40, r. zał. 1930.
48. Zw. Urzędników Stow. Sport. „Zjednoczenie", Warszawa, Żabia 5, r. zał. 1930.
49. Klub Wioślarski z r. 1930 w Kaliszu, Al. Józefiny 25, r. zał. 1930.
50. Robotniczy Klub Sportowy „Prąd", Warszawa, Wioślarska 12, r. zał. 1931.
51. Zrzeszenie Prac. Polskiego Monop. Tytoniowego, Warszawa, Nowy Świat 4, r. zał. 1932.
52. Robot. Klub Sportowy „Wir", Warszawa, Prawy brzeg Wisły, r. zał. 1932.
53. Nowodworskie Tow. Wioślarskie, Nowy Dwór, Sukienna 5, r. zał. 1932.
54. Robotniczy Klub Sportowy „Świt", Warszawa, Ludna 10, r. zał. 1932.
55. Policyjny Klub Sportowy, Kalisz, r. zał. 1932.

Kluby kobiece.

56. Warszawski Klub Wioślarek, Warszawa, Krak. Przedmieście 32, r. zał. 1912.
57. Bydgoski Klub Wioślarek, Bydgoszcz, 3 maja 14, r. zał. 1926.
58. Kaliskie Towarzystwo Wioślarek, Kalisz, Al. Józefiny 2, r. zał. 1927.
59. Poznański Klub Wioślarek, Poznań, Al. Marcinkowskiego 2, r. zał. 1928.

Wystawa wodna w Warszawie.

Klub Wioślarski „Wisła" organizuje na terenie Bagateli od dnia 17 kwietnia do 8 maja r. b. wystawę, która obejmie następujące działy:

Kajaki sztywne, składane i łodzie: regatowe, turystyczne, żaglowe, motorowe. Jachty. ślizgowce, rowery i narty wodne, aparaty do treningów etc. Budowa, plany, szematy, modele. Materjały do budowy, wyposażenie. Motory, paliwa, smary. Ekwipunek dla załogi, przedmioty ułatwiające i uprzyjemniające obozowanie. Pływactwo, gry wodne, ratownictwo. Wędkarstwo, rybactwo. Krajoznawstwo. Nagrody i odznaczenia Klubowe. Wydawnictwa: literatura, podręczniki, mapy, filmy, fotografje.

Biura wystawy mieszczą się przy ul. Marszałkowskiej Nr. 56 w lokalu zimowym Klubu Wioślarskiego „Wisła".

ROK 9. WARSZAWA, STYCZEŃ 1932 R. Nr. 1

Sport Wodny

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY SPRAWOM
WIOŚLARSTWA
ŻEGLARSTWA
PŁYWACTWA
TURYSTYKI WODNEJ
JACHTINGU MOTOROWEGO

W obliczu Nowego Roku

I oto znowu stajemy w obliczu nowego, dziewiątego z kolei roku istnienia naszego wydawnictwa...

Spójrzmy wstecz!

Ileż zmian nastąpiło od owego 1925 roku, kiedy to ukazał się pierwszy numer „Sportu Wodnego", przez krótki czas wychodzącego pod nazwą „Wioślarza Polskiego". Iluż to wypadków byliśmy świadkami w życiu sportu polskiego... Wiele przeżyliśmy, wiele widzieliśmy... A przez cały ten czas „Sport Wodny", czujny obserwator, bez żadnych przerw i przesileń wewnętrznych, dzielił się spostrzeżeniami z rzeszą wodniaków, strofował, pouczał, zachęcał, informował — i trwał, trwał stale na stanowisku, ani na chwilę nie odstępując od swej wytkniętej drogi. A zdajmy sobie sprawę, że „Sport Wodny" jest najstarszem pismem sportowem polskiem, wychodzącem nieprzerwanie pod jednem i tem samem kierownictwem od chwili powstania! Ma więc za sobą nieposledniej wartości dorobek na niwie społeczeństwa sportowego i ma swoją chlubną tradycję!

I na przyszłość nie zamierza sprzeniewierzać się swej dotychczasowej działalności. Mimo niesłychanie ciężkiej sytuacji ekonomicznej, mimo szalejącego kryzysu — „Sport Wodny" nie rezygnuje. Nie ugina się pod brzemieniem ciężaru istnienia i nadal zamierza ogniskować w sobie dążenia wszystkich wodniaków i być wyrazicielem ich opinji.

Taki sobie stawia cel pracy u progu nowego, 1933 roku: wytrwać na stanowisku!

I nie wątpimy, że szczytne to hasło nie przeminie bez echa, że znajdzie odzew w sercu tych, których dobro jest jego troską. Nie wątpimy, że wodna brać polska, od włóczęgów kajakarzy począwszy, a skończywszy na tych, którzy w szaleńczych gonitwach ujarzmiają rozhukane konie mechaniczne, wprzęgnięte do swych łodzi — poprze nasze dążenia i wspólnym wysiłkiem pomoże pracować nad kuciem ufnej przyszłości.

Abonowanie „Sportu Wodnego" będzie aktem dobrze rozumianej oszczędności. Z nowym rokiem wprowadziliśmy cały szereg ulepszeń. A więc przedewszystkiem rozszerzamy zakres swych zainteresować na wszystkie działy sportu, z wodą bliższy lub dalszy podtrzymujący kontakt. We wszystkich sportach wodnych zjednaliśmy sobie na współpracowników najwybitniejszych specjalistów w danej dziedzinie. Dzięki temu będziemy mogli dzielić się z czytelnikami opinją osób najbardziej fachowych. Dział sprawozdawczy zamierzamy nieco zmienić. Mianowicie wprowadzamy stałą rubrykę „przeglądu najważniejszych wydarzeń" z całokształtu sportu polskiego. Sprawozdania ze sportów nieco ograniczymy, a więcej zato jeszcze miejsca poświęcimy poruszaniu i omawianiu wszelkich obchodzących nas zagadnień. Nie zaniedbując sportów wodnych jako sportów, zwrócimy baczną uwagę na turystykę wodną, wychodząc z założenia, że jest ona wspaniałą szkołą życia.

Oto nasz program!

Nie wątpimy, że nie spotkamy się z obojętnością. Że nakreślone przez nas zamierzenia znajdą poklask wśród wszystkich wodniaków. Że wysiłek nasz spotka się z życzliwem poparciem.

Oby tak było!

Z aktualnych problemów

Wioślarstwo przechodzi niewątpliwie wielki kryzys. Dotyczy to nietylko kwestyj finansowych, które i tak mają niezwykle poważny wpływ na całą politykę regatową poszczególnych towarzystw, ale w równej mierze odnosi się do ogólnego charakteru naszych klubów.

Jeśli sięgniemy pamięcią wstecz, to spotkamy w każdem towarzystwie ludzi, którzy do rozwoju swego klubu przyczynili się we wszelki możliwy sposób. Pracowali więc w zarządach, startowali w regatach, wyjeżdżali na sejmiki międzyklubowe i t. d. W obecnej chwili charakter członków towarzystw zmienia się i to w sposób frapujący. Jest wielu, bardzo wielu takich, którzy traktują sprawę po kupiecku: „ja płacę, ja wymagam. Wymagam więc, aby sternik, oczywiście amator, był na moje rozkazy, aby służący wyniósł łódź i wiosło, aby mi się przyjemnie jechało, grało w karty i popijało, bo ja płacę swoje kilkadziesiąt złotych wkładki rocznej". Stanowisko takie oczywiście bardzo odbiega od stanowiska ludzi, którzy kładli podwaliny pod polskie wioślarstwo i poszczególne kluby. Stwierdzić jednakże należy, że coraz więcej trafia się takich ludzi, którzy uważają zarząd klubu za odpowiedzialny zarząd przedsiębiorstwa dochodowego, który pobiera wysokie honorarja i żąda już rzeczy wprost nieraz niemożliwych. Jedyną dobrą stroną takich właśnie ludzi jest, że płacą składki klubowe.

Mamy jednak w naszych klubach także i innych członków, a tymi jest młodzież. Oczywiście, każdy klub musi pamiętać, że jednem z naczelnych wskazań klubu jest wychowanie fizyczne młodzieży, ale wszędzie są pewne granice. Trafiają się jednak wypadki, że nasza młodzież nie kontentuje się tem. I ta grupa członków ma dążności do traktowania klubu, jako przedsiębiorstwa dochodowego.

„Składek płacić nie będę, bo jestem młody człowiek, który niewiele zarabia, wy mi macie dać łódź, trenera, masaż, ciepłą kąpiel, wyjazd na regaty i medale. Ja będę tylko wiosłował". Innemi słowy, wkracza do klubów wioślarskich objaw dawno zauważony w innych klubach, jak np. piłkarskich, gdzie niema mowy o przywiązaniu do barw klubowych i idei. Chodzi poprostu o interes. Gdzie dadzą więcej — tam będzie grał.

Wymagania naszej młodzieży niejednokrotnie stają się frapujące. Oto domagają się, aby nietylko zapewnić im trening regatowy, ale także wycieczki w miłem towarzystwie, wieczory brydżowe i taneczne i t. d. Wszystko oczywiście „zadarmo". Skąd wziąć pieniądze na opłatę światła, opału, nie mówiąc już o kosztach naprawy i uzupełnienia taboru — to jest rzecz zarządu, który poto został obdarzony „zaszczytem" władzy, aby pracował, zbierał pieniądze i miał je zawsze w pogotowiu.

Narazie objawy te nie są zbyt groźne. I wśród młodzieży trafiają się wyjątki, które ochoczo pracują organizacyjnie dla dobra klubu. Są jeszcze mecenasi sportowi starszego pokolenia, którzy mniej lub więcej otwarcie zasilają kasę klubu, to też jakoś wiąże się koniec z końcem. No, ale zawsze tak nie będzie, i nad tą kwestją trzeba się zastanowić.

W Czechosłowacji rząd płaci wkładki klubowe za pewną określoną ilość młodych wioślarzy, którzy jednak w zamian za to obowiązani są do treningu regatowego i każdej chwili mogą być pozbawieni prawa przychodzenia na przystań. W ten sposób kluby mają zapewniony dopływ materjału regatowego oraz pewne subsydja, które umożliwiają im pracę klubową.

U nas niestety subsydjami cieszą się tylko niektóre sportowe towarzystwa, a młodzież chce wiosłować, i kluby czynią wszystko, aby jej to umożliwić. Chodzi jednak o uregulowanie tej sprawy. W ostatnich czasach zauważyliśmy gromadne wprost przechodzenie wioślarzy z jednego klubu do drugiego, a wiemy z własnego doświadczenia, że punkt regulaminu regatowego, mówiący o obowiązku zgłaszania zmiany barw klubowych, nie jest w wielu wypadkach respektowany. Znam jeden wypadek, gdzie członek, wyrzucony za rzeczywiście niemiłe sprawki całkiem nie sportowej natury, z jednego klubu, na drugi dzień bywał z otwartemi rękoma przyjmowany w klubie sąsiednim, który nawet nie zapytał się zawodnika o t. zw. zwolnienie i t. p. Obecnie, o ile chcemy podtrzymać prestiż poszczególnych klubów, musimy zastosować regułę znacznie ostrzejszą. Poprostu Zarząd wzgl. Sejmik związku powinien zabronić przyjmowania do klubów wioślarzy, mieniających barwy, którzy nie wykażą się zwolnieniem z klubu, z którego występują, a osada, w której wiosłować będzie wioślarz bez oficjalnego zwolnienia, powinna być niedopuszczona do regat, wzgl. zdyskwalifikowana przy weryfikacji, tak, jak to jest np. w rozgrywkach piłkarskich. W ten sposób młodzież nauczy się z konieczności doceniać znaczenie dobrodziejstwa bezpłatnego wiosłowania. Jak dotychczas, łatwo można było to samo uzyskać dobrodziejstwo w klubie sąsiednim, który nawet z takiego stanu rzeczy był bardzo zadowolony.

Sprawa trenerów nie przedstawia się tak prosto, jak sobie wyobraża dh. Zajączkowski w swym artykule w Nr. 14. Stwierdzić bowiem należy bezstronnie, że 90% trenerów zagranicznych, pracujących w Polsce, byli to naprawdę trenerzy wysokiej klasy. Nietylko, że umiejętności ich wykazywały wyniki trenowanych przez nich osad, lecz także posiadali oni za sobą pewną przeszłość sportową, która gwarantowała należyty autorytet. Pozwoliłbym sobie na polemikę z dhem Zajączkowskim co do tej sprawy. Sport to nie jest szkoła, w sporcie trener musi wykazać przed zawodnikiem, który bacznie patrzy, czy naprawdę to, czego uczy, umie, a mam wrażenie, że żaden zawodnik nie uwierzy w to, co mówi trener, który nie umie się wykazać wynikami na miarę mistrzowską, i temu niema się co dziwić. Nasze studja wychowania fizycznego stoją narazie bardzo daleko od wioślarstwa. Podczas, gdy niemiecki „Wassersport" w każdym prawie numerze przynosi prace wykładowców, czy uczniów berlińskiej akademji wychowania fizycznego na temat wioślarstwa, w naszem piśmie nie spotykaliśmy się ani razu z artykułem, napisanym przez kogoś ze sfer oficjalnych szkolnych. Ta rozbieżność mówi jasno, że ewentualny absolwent naszego studjum będzie sprawom wioślarstwa całkowicie obcy, i jak może wzbudzić autorytet w swych słuchaczach, którzy wiedzą, że ten pan nigdy poważnych regat nie oglądał, nie dyskutował z zagranicznymi mistrzami i nie zastanawiał się nad stylem i metodą treningu specyficznie wioślarskiego?

Owszem, sam jestem za najszerszem rozpowszechnieniem trenerów krajowych, ale ci trenerzy muszą być odpowiednio przygotowani. Nie wystarczy sam fakt wiosłowania w jakimś klubie we Włocławku, czy Łomży, z tego faktu jeszcze nic nie wypływa. Kandydat na trenera powinien przejechać się zagranicę, przedewszystkiem do Anglji, Niemiec i Włoch, jako krajów, gdzie wioślarstwo ma swój specjalny charakter. Po zapoznaniu się z temi trzema szkołami wioślarskiemi, wioślarz, który sam przeszedł regaty i trening (nie wyobrażam sobie, aby trenerem mógł być wioślarz, który sam do regat nie stawał), może objąć funkcję trenera i dorównać siłom zagranicznym, a nawet je przewyższyć.

Jako pewnego rodzaju doping dla tych spraw, proponowałbym wprowadzenie do programu regat związkowych biegu „polskich czwórek", do którego mogłyby stawać osady, złożone wyłącznie z Polaków, startujące na polskiej łodzi i trenowane przez polskiego trenera. Może w ten sposób znajdzie się u nas jakiś Gwinner. (Niemiec-trener słynnej osady Amicitii mannheimskiej).

W te wszystkie sprawy musi wglądnąć związek. Jak dotąd, niestety, nie możemy poszczycić się specjalną ruchliwością naszego związku, zwłaszcza w okresie zimowym. Może jednak głosy, które wychodzą z grona wioślarzy, będą podnietą dla zarządu związku, aby sprawami, poruszonemi przez te głosy, które dzięki Bogu stają się coraz liczniejsze, zainteresować się i przekonać się, ile w nich jest racji. Są one bowiem dowodem, że w wioślarstwie nurtują prądy, świadczące o ruchliwości i przywiązaniu do sportu.

W. Długoszewski.



Z wycieczki wodnej na Czarną Hańczę.
Fot. J. Rylski.

Zaprawa zimowa wioślarza

Jest rzeczą znaną, że organizm, gdy jest w ruchu wzmacnia się, a gdy jest bezczynny — słabnie. O powyższem winni pamiętać wszyscy sportowcy a szczególnie wioślarze-regatowcy. Od nich wymaga się bowiem prócz doskonałej techniki wiosłowania i zgrania (wyczyn zespołowy) siły fizycznej a właściwie wyrobionej muskulatury szczególnie nóg, brzucha i ramion. O ile pierwsze jak i drugie t. zn. technikę i zgranie ostatecznie można poprawić na łodzi przez miesiące letnie, to stanowczo nie wystarczą one, aby w tych 2—3 miesiącach wyrobić również siłę fizyczną. Z chwilą ukończenia sezonu regatowego wioślarze zatem nie powinni spoczywać na laurach wzgl. zapadać w kilkumiesięczny sen zimowy, lecz wykonywać ćwiczenia fizyczne w celu utrzymania dzielności fizycznej i duchowej.

Od zaprawy zimowej zależy, zdaniem mojem, sezon letni, a nawet, jak pisze jeden z nauczycieli sportu wioślarskiego w niemieckiem czasopiśmie „Wassersport” „już w porze zimowej rozpoczynają się rozstrzygnięcia lata”.

Może to wydaje się dla niejednego paradoksalne, ale tak jest w rzeczywistości, bowiem od wykorzystania wzgl. zaniedbania okresu zimowego zależy, czy przy rozpoczęciu następnego treningu wioślarskiego na wiosnę rozpocząć musimy na nowo, czy też możemy kontynuować rozpoczętą pracę.

W czasie zaprawy zimowej należałoby osiągnąć następujące rezultaty:

a) podwyższoną wydajność fizyczną.

Długotrwały odpoczynek wpływa ujemnie na „formę” wioślarza: mięśnie tracą na elastyczności i zatłuszczają się. Rozpoczęcie treningu w takich okolicznościach połączone jest ze stratą w czasie dla treningu specjalnego lub też nastąpić może przetrenowanie wioślarzy — o ile się dąży do tego, by jaknajrychlej odzyskali swą „formę”. Z chwilą dania przyrzeczenia treningowego, wioślarze winni posiadać już wyrobioną siłę fizyczną i być w odpowiedniej kondycji, aby móc zaraz przystąpić do treningu specjalnego.

b) pełną świeżość duchową.

Zauważyć można, że przy końcu sezonu regatowego wioślarze częstokroć okazują zobojętnienie a nawet niechęć do wiosłowania do którego zabrali się z zapałem na początku sezonu. Objaw taki — o ile nie jest spowodowany przetrenowaniem — ma podłoże psychiczne. Najskuteczniejszy środek przeciwko temu jest spokój i przejście do innej czynności nawet gdyby warunki atmosferyczne zezwoliły na uprawianie treningu wioślarskiego.

Po zamknięciu sezonu zaleca się udzielić wioślarzom krótkiego (dwutygodniowego) odpoczynku, następnie należy przystąpić do zaprawy zimowej, opisanej poniżej.

Po takim odpoczynku i zmianie ćwiczeń wioślarze z chęcią zabiorą się na nowo do treningu regatowego. Wyczyn regatowy wioślarza składa się:

a) z techniki wioślarskiej;

b) z wytrzymałości, szczególnie wytrzymałości serca i płuc i

c) siły muskułów.

ad a) Technika wioślarska a szczególnie „zgranie osady”, „prowadzenie wiosła”, „balansowanie łodzi” i t.p. nie da się zastąpić żadnemi ćwiczeniami gimnastycznemi i może być poprawioną tylko w basenie zimowym (prócz wyjazdów łodzią które jednak w porze zimowej naogół nie wchodzą w rachubę). Przy dalszych jednak rozważaniach nad zaprawą zimową nie biorę pod uwagę basenu zimowego dla wioślarzy, gdyż ani jeden z klubów polskich na Pomorzu — a jest ich 10 prócz 8 klubów gimnazjalnych — nie posiada basenu, gdzie wioślarze, specjalnie początkujący mogą z powodzeniem nauczyć się techniki wiosłowania a awansowani wioślarze poprawić swój styl. Tam jednakże, gdzie basen się znajduje, należy postawić trening w należycie urządzonym basenie na pierwszem miejscu.



Zwycięstwo ósemki U. S. A. (Uniwersytet Kalifornja) na Igrzyskach X Olimpjady w Los Angeles.

ad b) Przystępuję zatem do podstawy zaprawy zimowej wioślarza, a mianowicie do ćwiczeń nad podtrzymaniem wzgl. podniesieniem sprawności serca i płuc, gdyż one są miarodajne przy wysiłku regatowym. Przy zaprawie zimowej należy zatem położyć specjalny nacisk na trening serca i płuc.

Do ćwiczeń odpowiednich należy tu zaliczyć biegi i to biegi leśne i naprzełaj, które można przeprowadzić przez całą jesień, w czasie łagodniejszej zimy i na początku wiosny. W idealnych warunkach higjenicznych wśród pięknej przyrody zatrudnia biegacz serce i płuca i pobudza je do intensywniejszej pracy. Oczywiście należy biegi przeprowadzać miarowo, by nie przeforsować wioślarzy. Najlepiej jest przebywać stale przestrzeń około 3 km. w mniejwięcej równym czasie. Bieg należy oczywiście rozpocząć w **wolniejszem** tempie — by wszyscy się rozgrzali — potem należy zwiększyć szybkość, którą zaleca się utrzymać przez 500—1000 m., a w końcu znów wolne tempo dla uspokojenia się (jednakże żadne chodzenie).

Również dobremi ćwiczeniami dla serca i płuc są dłuższe marsze oraz gry jak: piłka siatkowa, ręczna, koszykowa i t. p., przeprowadzane możliwie na świeżem powietrzu. Gry sportowe są nietylko miłą rozrywką, lecz wyrabiają zalety fizyczne i wytrzymałość wzgl. odporność na wyczerpanie wskutek zmęczenia przy intensywnej grze. Prócz zalet dla rozwoju organizmu wyrabiają gry sportowe „ducha walki", tak potrzebnego wioślarzom szczególnie w finiszu.

Do gier sportowych, przeprowadzanych z korzyścią przez wioślarzy w zimie, należy zaliczyć również hokej na lodzie. „Chcąc zostać dobrym wioślarzem, niekoniecznie potrzeba ciągle wiosłować; sporty zimowe są doskonałą rekompensatą wioślarza" — mówi W. Flinsch, mistrz wioślarski Niemiec. O tem winni też pamiętać nasi wioślarze i z zapałem wykorzystać zbawienny wpływ łyżwiarstwa i narciarstwa na rozwój organizmu.

Do utrzymania ciała w kondycji konieczne są także kąpiele, bowiem pływanie jest doskonałem ćwiczeniem treningowem wioślarza. W razie braku basenów pływackich należy przynajmniej raz tygodniowo korzystać z pryszniców, by ciało utrzymać przy odpowiedniem zdrowiu; z korzyścią byłyby również przeprowadzane przy tej okazji lekkie masaże.

ad c) Wioślarstwo jest ćwiczeniem wytrzymałości, które wymaga odpowiednio rozwiniętej muskulatury i dlatego w programie zaprawy zimowej nie może nie być systematycznej gimnastyki metodycznej, rozwijającej wszechstronnie i równomiernie cały organizm. Pożądanem jest, by gimnastyka była dostosowaną do ćwiczeń wioślarskich; w tym celu należy specjalnie kłaść nacisk na rozwój muskułów: brzucha, pleców, nóg, ramion i palców.

Niestety nie posiadamy w Polsce ani instruktorów - specjalistów gimnastyki wioślarskiej, ani też odpowiednich podręczników — instrukcyj. W braku tychże jednak, ostatecznie wszystkie ćwiczenia, mające na celu wyrobienie mięśni, są dobre dla wioślarza nawet, gdy nie stoją w bezpośrednim związku z ćwiczeniami wioślarskiemi.

Co do praktycznego przeprowadzenia zaprawy zimowej, zaleca się urządzać:

a) biegi leśne w niedzielę przed południem po 15—20 min., potem natrysk i masaż;

b) gimnastykę dwa razy w tygodniu w godzinach wieczornych po 1½ godziny, z czego na gry sportowe przypaść powinien czas 20—25 min., i

c) ćwiczenia w basenie zimowym, również dwa razy w tygodniu.

Resztę wolnego czasu w tygodniu należy zużyć na uprawianie sportów zimowych.

W wypadku wykonywania ćwiczeń w hali gimnastycznej i w basenie zimowym, należy zwrócić uwagę na odpowiednie, dobre przewietrzanie sali.

Reasumując powyższe powiedzieć można, że ćwiczenia wytrzymałości serca i płuc jak i gimnastyka zapewnią wioślarzom „formę" sportową i zdrowie, bez których nawet najintensywniejszy trening właściwy na wodzie nie doprowadzi do żadnych pozytywnych rezultatów.

Natomiast technika wioślarska, o ile idzie w parze z siłą fizyczną i wytrzymałością — musi zwyciężyć.

Edmund Jankowski.

Problem sportowy w wioślarstwie

Od Redakcji: Od trenera Fr. Haspla otrzymaliśmy bardzo cenny poniższy artykuł, którego ciąg dalszy ukaże się w zeszycie następnym.

Obecne stosunki polityczne, gospodarcze i socjalne są wyłącznie i zawsze wynikiem działalności człowieka. Nasza bezbronność wobec dzisiejszego kryzysu powinna nas pouczyć, że **my, ludzie,** powinniśmy się zmienić, jeśli stosunki mają się polepszyć. Przypatrzmy się rozwojowi kultury w ciągu ostatnich 300 lat i pomyślmy, że za 100 lat bez mała, według statystyki, podwójna ilość ludzi zaludni ziemię. Warunki życiowe i walka o byt będą wówczas całkiem odmienne, aniżeli dzisiaj. Kto więc z biegiem czasu nie dotrzyma kroku, ten nie będzie mógł się utrzymać i zostanie zaskoczony wypadkami rozwoju.

Przyszłość narodu zależy jedynie i wyłącznie od:

1) jego wewnętrznej siły moralnej, i
2) od zdolności fizycznych i umysłowych, rozwojem których zajmowały się dotychczas wyłącznie szkoły i kościół.

Jedno i drugie zajęło z początku wobec zaczynającego się rozwoju sportu stanowisko nieprzychylne. Dzisiaj kościół, ta najbardziej konserwatywna instytucja, zupełnie zmieniła swoje zdanie o sporcie. A szkoła dziś prawie we wszystkich krajach skreśliła 35% materjału naukowego na korzyść — sportu!! To dowodzi, że dla tężyzny życiowej i dla postępu zawodowego pracy nie wystarczy jedynie wykształcenie umysłowe i że kulturę może pchnąć naprzód tylko pokolenie zdrowe, pełne życia, obdarzone silną wolą i silnym charakterem. Szkoła i kościół dopuściły do skarłowacenia ciała, aż nareszcie przed kilkoma dziesiątkami lat zjawił się sport i przywrócił ciału, siedlisku ducha i duszy, swoje fundamentalne znaczenie.

Początkowo widziano w sporcie tylko zdrową rozrywkę, zabawkę, upodobanie, które nie mogło się mierzyć z poważną duchową pracą zawodową!? Ta przysłanka posiada w dzisiejszych czasach zupełną słuszność w stosunku do turystycznego wiosłowania i żaglowania. Właściwy sport dzisiaj wyrósł jednak ponad tę ograniczoną przysłankę. Zdrowa chęć uwydatnienia swej wartości w człowieku prze do współzawodnictwa. **„Współzawodnictwo jest ojcem rozwoju"** — mówi Demokryt. I **myśl współzawodnictwa w sporcie** zrobiła zeń najsilniejszy czynnik kulturalnego rozwoju. Kto chce w walce sportowej chwalebnie się wyróżnić, ten musi ćwiczyć swoje ciało, musi powiększyć swoje zdolności w zakresie siły, szybkości, ruchliwo-

ści i wytrwałości. Im więcej one się rozwijały, tem stopniowo zaciętszem stawało się współzawodnictwo, które wymaga i dzisiaj tej miary wysiłku, jakie można uzyskać tylko przez codzienne i przez lata całe systematyczne uprawianie ćwiczenia ciała i ducha. Tylko przy takiem nastawieniu można i wolno zbliżyć się w dzisiejszych czasach do sportu, który w przeciwnym wypadku może pociągnąć u stawającego do współzawodnictwa jedynie niekorzystny wpływ na rozwój fizyczny danej jednostki.

Nauczyciel sportów nie może i nie powinien w takich warunkach pozwolić wioślarzom na całoroczną bezczynność i na podjęcie ćwiczeń dopiero na dwa tygodnie przed regatami. Właśnie to przygotowanie, ten nieprzerwany przymus codziennej godzinnej pracy nad wyćwiczeniem naszego ciała czyni współzawodnictwo dla nas tak wartościowem. Byłoby nonsensem poprzestać na dwutygodniowym przygotowawczym kursie, aby zdać egzamin dojrzałości w gimnazjum. Egzamin ten nie może być celem samym w sobie, a jest jedynie tylko próbą, która nas zmusza do 8-letniego systematycznego ćwiczenia pamięci, logicznego myślenia i przyswojenia sobie wiadomości. Zatem celem ośmioletniej nauki nie jest świadectwo dojrzałości, lecz wyszkolenie umysłu, potrzebne nam w życiu. Tak też w sporcie współzawodnictwo nie jest nigdy ostatecznym celem, a tylko próbą, sam trening zaś jest niejako wyższą szkołą, a celem jego: „zwiększenie zdolności fizycznych i moralnych jednostki i ogółu". Takie nastawienie tworzy i określa główne zadania sportu.

Fizyczne doskonalenie się opiera się na dwóch zasadach sportowo-lekarskich:

1) każdy mięsień, każdy organ wewnętrzny zanika, jeżeli nie wymaga się od niego wysiłku. Tylko ten organ się rozwija, od którego żąda się pracy;
2) każdy organ dostosowuje się do każdego stopnia żądanego odeń wysiłku.

A zatem przy miarowem obciążeniu w parciu naprzód niema granicy rozwoju. Stałe doskonalenie się rekordów świata jest tego potwierdzeniem. Naprzekór wszystkim sceptykom, są to widome dowody rozwoju zdolności ogólno-ludzkich; jako owoc wiedzy sportowej, która stale bada doskonalenie sposobów wzmagania się zdolności. Rezultatem tych badań jest:

1) obie wzmiankowane już wyżej zasady sportowo-lekarskie, które jasno wskazują, że chcący dziś pobić rekordy, musi przez cały rok systematycznie ćwiczyć swoje ciało i w żadnej porze roku nie wolno mu pozwolić na degenerację organów;
2) świadomość, że fizyczna doskonałość jest współzależna od doskonałości moralnej i psychicznej.

I poznanie tego jest przyczyną uznania sportu, jako najpotężniejszego czynnika kulturalno-twórczego. Główna wartość sportu opiera się na podłożu duchowem.

Dusza marniała, póty człowiek nie wychylał się poza obręb 4-ch ścian. Sport — o każdej porze roku — zwabia młodzież na łono natury, na powietrze, na słońce. Ruch tworzy radość życia. I ze zmarniałych, pozbawionych światła roślin pokojowych powstają słoneczne jednostki, pełne radości, ruchu i siły. Kto dobrze jest usposobiony, rad jest swej siły i znajduje w jej ćwiczeniu miłe zadowolenie. Sport i przyroda udzielają nam najczystszych istotnych fundamentów radości. Młodzież uczy się sama baczyć na czystość ciała, ćwiczyć wstrzemięźliwość zmysłowych rozkoszy i zajmować się wiedzą zastosowania odpowiednich pokarmów. Z rozwojem siły, szybkości, ruchliwości, wytrwałości i odporności wzmaga się radość życia, pewność siebie, odwaga i poczucie własnej wartości. Ze wzrostem poczucia wartości zatem wzmaga się chęć do dalszej, intensywniejszej pracy sportowej. Dzięki sportowi, wzmaga się w człowieku stale wszechstronna dążność w kroczeniu naprzód. I dlatego staje się wychowanie sportowe dźwignią samowykształcenia się — najlepszą wychowawczynią siły woli, które to czynniki szkolą się w sporcie. I dlatego właśnie stał się sport sam przez się najpotężniejszym ruchem epoki współczesnej. Sport dzisiaj jest popierany przez szkołę i kościół, przez handel i przemysł, przez wojsko i państwo, bo zdrowie narodu, to wzmożenie wydajności pracy i zdolności obrony, połączonej z oszczędnościami w ciężarach społecznych. Ćwiczenie siły woli i charakteru znajdziemy tylko w sporcie zawodniczym. Kto chce podołać współzawodnictwu, musi poddać się treningowi. Podczas gdy wykonywanie ćwiczeń sportowych winno być wszechstronne i obejmować możliwie różnolite i wszechstronne gałęzie sportowe, to trening ma za zadanie wysunąć na najwyższy osiągalny szczyt zdolność wykonawczą w obranym wyspecjalizowanym dziale sportowym przez systematyczne ćwiczenia, ale nie szkodzić przez przeciążenie żadnemu organowi.

Sama chęć zwyciężenia nie wystarczy; siła woli rozstrzyga o zwycięstwie, dzięki której skupiamy się na pracy w doskonaleniu się w czasie treningu. I to właśnie czyni tak wartościowem współzawodnictwo. Prawdziwy sportowiec nie dba o nagrody honorowe, lecz życzy sobie tylko zmierzenia stopnia swych zdolności i będzie stale dążył do spotkania się z silniejszym przeciwnikiem. Prawdziwy sportowiec życzy sobie zatem zawsze walki prawdziwie rycerskiej, i ponieważ w walce szuka tylko uznania dla swych zdolności, uzna też zawsze zdolności swego przeciwnika i w razie porażki zawoła bez skrupułów: „tamten jest lepszy, aniżeli ja". W porażce znajdzie bodźca do tem intensywniejszego treningu.

W każdym drużynowym sporcie, a szczególnie w sporcie wioślarskim rezultaty zdolności zależą w wielkiej mierze od pielęgnowania wysokiego poziomu moralnego. Za wzmożenie zdolności i postępów w treningu odpowiada tutaj cała osada. To wymaga punktualności, uczciwości, rycerskości i pominięcia osobistych interesów względem naszych bliźnich, koleżeńskości oraz zmysłu społecznego. Nie każdy wioślarz, który podporządkowuje się temu treningowi, posiada już zgóry owe cnoty sportowca. Przeciwnie, spotyka się pomiędzy nowicjuszami charaktery małowartościowe i niewyrobione. Ale **„zwyciężać"** chcą początkowo wszyscy! Lecz wkrótce widzą, że fizyczna siła jednostki nie wystarczy i że trening na nic się przyda, jeżeli każdy z trenujących nie poświęca ogółowi swej ofiarnej pracy doskonalenia się, pomija całkowicie swoje własne „ja" — i że dobro ogółu zależy od pielęgnowania moralnych wartości, na pielęgnowaniu cnót sportowców. I dlatego trzeba z początku zawsze silnej ręki i energicznego kierownictwa treningowego. A pierwszą cnotą sportowca jest dobrowolne podporządkowanie się i karność. „Niechaj wolnym i posłusznym będzie człowiek" — brzmi zagadka ludzkiej społeczności. „Nawet wolność musi podporządkować się wyższym celom". I wówczas obchodzi takie pożyteczne przezwyciężenie swego własnego „ja" święto wyzwolenia.

Na tem polega celowość sportu, by wychować człowieka przyszłości, tego człowieka, dla którego rozporządzenia policyjne i paragrafy kodeksów są zbyteczne, — człowieka, który rozwiązuje każde zagadnienie ludzkiej społeczności w najwyższej kulturze swojej indywidualności.

D. c. n.

Dunajcem z Nowego Targu

Dwa dni i dwie noce targał wicher ścianami naszego maleńkiego namiotu. Ulewny deszcz bez przerwy bębnił po płótnie. Uwięzieni przez niepogodę, wysoko w Tatrach, pomiędzy kosówką i rumowiskami Doliny Handlowej, zmarznięci do szpiku kości, pocieszaliśmy się, że czeka już w Nowym Targu łódź, która nas poniesie ku nizinom, gdzie będzie ciepło.

Wróciwszy z gór, rankiem dnia 9 sierpnia opuściliśmy Zakopane, — bez żalu, ponieważ wciąż „lało", a emocje przeprawy Dunajcem i następne spokojne rozkosze wędrówki Wisłą też nie nie były do pogardzenia.

Wkrótce podrygująca epiletycznie furka powiozła wyciągnięte z czeluści przechowalni kolejowej worki ze złożonym kajakiem, („Redskin" się zwie) oraz jego dwuosobową załogę przez Nowy Targ ku Dunajcowi.

W południe odbiliśmy od brzegu. I wnet nas poniosły mętne i szybkie fale Dunajca, który ogromnie wezbrał po długotrwałych deszczach i z wielką szybkością walił całem łożyskiem.

Przez pewien czas jechało się zupełnie dobrze. Przyglądaliśmy się więc w spokoju widokom malowniczych Gorców z chmurnym Turbaczem. Lecz im bliżej przysuwały się widniejące w oddali Pieniny, tem niespokojniejszy był Dunajec.

W pewnej chwili doleciał do naszych uszu, szum jakby dalekiego wodospadu. Szum ten szybko się wzmagał. Wysoka tama przegradzała całą rzekę.

Wobec tego, że „Redskin" był przeładowany cennym bagażem, nie chcieliśmy ryzykować. Przenoszenie łodzi i ładunku trwało prawie godzinę.

Następne zatrzymanie było znacznie przykrzejsze. Zapatrzony przez chwilę w piękny widok bliskich już Pienin, zbyt późno zauważyłem wystającą pośrodku rzeki kamienną ławicę. Próba gwałtownego skierowania łodzi na nurt zawiodła, pękło przytem wiosło. Dno łódki uderzyło o kamienie, „Redskin" się gwałtownie zatrzymał, a prąd wykręcił go bokiem i zaczął przechylać, grożąc przewróceniem. W jednej chwili byliśmy w wodzie. Z wielkim trudem udało się ustawić łódkę dziobem do prądu. Ale czekały nas jeszcze gorsze rzeczy... Zaraz za mielizną rzeka gwałtownie się zwężała, a na jej powierzchni widniały wiry i piany, tańczące w jednem miejscu, co wskazywało na ukryte w wodzie głazy. Musieliśmy więc przeciągnąć łódkę do brzegu i opuścić na cumie z prądem aż poza wspomniane wielkie kamienie podwodne.

Była to ciężka praca, przy której wypadło brodzić po pas w lodowatej wodzie. Całość naszej łódki i bagażu zależała wtedy często od tego, czy cuma (notabene — już trzyletnia) wytrzyma.

Niedaleko Czorsztyna, musieliśmy jeszcze raz przenosić łódkę, aby ominąć, gwałtowny zakręt, usiany kamieniami.

Jechaliśmy w silnem napięciu nerwów, skupiwszy całą uwagę na rzekę. O oglądaniu widoków nie było mowy. Pomimo szybkiego prądu wiosła musiały pracować, aby łódź słuchała steru.

Zasada tamtejszej nawigacji jest bardzo prosta: trzymać się nurtu; płynąć o 2 — 3 metry od brzegu, a nadewszystko unikać kamieni i wielkich głazów tkwiących w wodzie.

Zmoczeni, głodni i pełni przeżytych emocyj zatrzymaliśmy się wreszcie pod Czorsztynem, żeby nieco odpocząć u wrót słynnego przełomu Dunajca.

W pewnem miejscu, już za Nidzicą, wysoka, pokryta krzewami wyspa zasłoniła widok. Głośny szum wskazywał na silny spadek oraz kamienie. Obydwie odnogi były pozornie jednakowe. A prąd niósł coraz szybciej!... Przy brzegu siedziało kilku przewoźników na swych łodziach żłobionych w kłodach drzewnych. Więc pytam i słyszę już za sobą głos „na lewo!". Kierujemy łódź pod brzeg ku lewej odnodze, gdy wtem dolatuje nowy głos „na prawo, na prawo!". Któryś kłamał — ale który? Okazuje się więc, że nie jest bezpiecznie pytać o drogę tamtejszych przewoźników. Boją się, że stracą opinję jedynych znawców przełomu i, że w przyszłości „goście" zaczną sami jeździć.

Wtedy zresztą nie czas było zastanawiać się nad tą sprawą. Dunajec tańczył pod Trzema Koronami, nie mogąc się od nich oderwać, a „Redskin" tańczył na Dunajcu, wymykając się czyhającym głazom oraz wysokim falom, odrzucanym przez skały, zwłaszcza na zakrętach. Szczególnie trudne było miejsce zwane „Skokiem zbójnika". Rzeka skręca tu raptownie, zwęża się i rzuca w pędzie na gładką, prostopadłą skałę; jednocześnie z prawej strony wysuwa się od brzegu ławica kamieni. Ogromne fale, odbite przez skałę, sięgają do połowy Dunajca. Trzeba było przejechać wąskim korytarzem, mając z jednej strony przeszło metrową ścianę fali, z drugiej mieliznę. Udało się nam!

Przemoczeni stanęliśmy pod charakterystyczną skałką przy Szczawnicy. Cała przeprawa z Nowego Targu trwała przeszło 6 godzin, lecz sama jazda — najwyżej trzy i pół.

Nazajutrz wyruszyliśmy dopiero po południu, nie dlatego, aby nas usidliły wdzięki Szczawnicy, lecz z powodu ulewy trwającej od samego rana.

Sądząc, że najtrudniejsze miejsca są już za nami, odbiliśmy w dobrych humorach z pod skałki. Lecz nie minęło 5 minut, gdy „Redskin" osiadł na mieliźnie. Nie mielizny jednak były niebezpieczne, prawdziwem niebezpieczestwem zagrażały wielkie kamienie, sterczące w samym nurcie rzeki i to w dodatku w najwęższych jej miejscach, gdzie prąd był najszybszy. Gdzieś za Krościenkiem, w jednym z licznych zakrętów Dunajca usadowiła się cała gromada takich głazów. Ukryte tuż pod powierzchnią, tylko odrzucanemi na boki falami oraz pianą zdradzały swe istnienie. Kotłowało się tam i wrzało,—nieprzyjemnie! Z niskiego kajaka nie widzieliśmy żadnego miejsca do przejazdu, a było za późno na skręcanie do brzegu lub zatrzymanie się, gdyż porwał nas już prąd.

— Teraz wszystko zależy od szczęścia — pomyślałem, kierując łódź między dwa najbliższe głazy. I wnet



Dunajec pod Marcinkowicami, 9 klm. od Nowego Targu.

mknęliśmy przez kipiel. Boczna fala raz i drugi chlusnęła do łódki znalazłszy otwór w niedopiętym fartuchu, zimny potok spłynął mi po boku. To z lewej, to z prawej strony, tuż przy samej łodzi migały podwodne rafy. Trwało to krótko, ale było gorsze od całego przełomu w Pieninach.

Nie mieliśmy jednak czasu ani na uciechę ani na wylewanie wody, bo już czekały nas nowe emocje. Oto z poza zakrętu wynurzył się wysoki most o kilku przęsłach. Za nim kotłowały się spienione fale. Właśnie przez most jechało kilka wozów. Ujrzawszy nas wszystkie stanęły, a ludzie skoczyli do balustrady. „Redskin" wpadł w kłębowisko fal, odbitych przez słupy mostu oraz kamienie, znajdujące się tuż za nim. Olbrzymie fale prawie się zwarły nad nami, lecz to trwało tylko chwilę i znów znaleźliśmy się na spokojniejszej wodzie.

Dunajec płynie jakgdyby po tarasach, kończących się stromemi progami. Na tarasie woda jest względnie spokojna i głęboka, zato na progu bystry, lecz płytki prąd szumi po kamienistem dnie.

Z utęsknieniem wyglądaliśmy ujścia Popradu, spodziewając się od tego miejsca „lepszej wody".

Wreszcie widok Nowego Sącza,który długim szeregiem domów wyciągnął się pięknie na wysokim brzegu, wskazał nam, że już minęliśmy ujście Popradu, które trudno było dostrzec wprost, ponieważ zasłaniają je różne wyspy, kępy i tamy.

Nie zatrzymując się w stolicy Podhala, pomknął „Redskin" dalej.

Drugi etap podróży zakończył się noclegiem w pięknie położonej chacie gościnnego gospodarza w Marcinkowicach. Gościnność ta sięgała tak daleko, że zostaliśmy obdarzeni licznym żywym inwentarzem„ którego starczyło aż do Warszawy.

Po wyciągnięciu łodzi na brzeg, okazało się, że jakiś ostry kamień zrobił w powłoce głębokie nacięcie długości ok. 7 cm. Tak oto „Redskin" po trzyletniej służbie uzyskał pierwszą honorową łatę. Całe szczęście, że kamienie w Dunajcu to — naogół łagodne okrąglaki, utoczone z miękkiego wapnia. W przeciwnym razie mielibyśmy nie łódź, lecz sito.

Piękny, pełen słońca był dzień następny.

Zataczając ogromne łuki, przewijał się Dunajec pomiędzy ostatniemi wzgórzami Karpat. Zakręty pod Rożnowem są również bardzo ostre, a często i tutaj jeszcze wielkie odłamy piaskowca sterczą w wodzie. Nadal też groziły płytkie przemiały. W porównaniu jednak z tem, co minęło, była to idylla. Nareszcie przyszedł czas i na fotografję. W Pieninach, gdzie było o wiele ładniej, niestety nie robiliśmy żadnych zdjęć zbyt zajęci gwałtowną nawigacją.

Na tym odcinku Dunajca ludność przybrzeżna używa charakterystycznych czółen, wyciętych z jednej kłody i żywo przypominających z przodu estetyczne kanadyjki; jednak ich rufy są niskie i zaokrąglone. Zasięg tych czółen kończy się wraz z ostatniemi wzgórzami Karpat, gdzie zaczyna się panowanie łodzi zbijanych z desek i promów, które są uwiązane do grubych lin stalowych, zawieszonych wysoko nad rzeką. Sama siła prądu przeciąga prom z jednego brzegu na drugi i wystarczy nastawić odpowiednio ster.

Te liny, wiszące nad wodą, stanowią jedną z cech charakterystycznych krajobrazu dolnego biegu Dunajca, który zaczyna się za Czehawem i liczy około 60 klm. W tej części rzeka płynie przez wielką nizinę, pomiędzy dwiema ścianami wysokiej wikliny, zamykającej widok na brzegi. Jedyne urozmaicenie — to promy.

Zmrok już zapadał, gdy dobiliśmy do brzegu przy jakiejś dużej wsi niedaleko ujścia rzeki Białej.

Na wale nadbrzeżnym stał słup z tablicą zakazującą surowo „pod karą sądową" chodzić tamtędy. Lecz, o dziwo! dobrze wyjeżdżona droga biegła sobie po wale. Śmiało więc wstąpiliśmy na ten dziwny wał.

Księżyc musiał nam przyświecać przy wyładowaniu łodzi. Buda przewoźnika, pełna wszelkiego rodzaju śmieci, była naszem schroniskiem.

Białe od rosy były jeszcze trawy, gdy „Redskin" odjeżdżał nazajutrz w dalszą podróż, takim samym, jak wczoraj, wodnym korytarzem.

Już poprzedniego dnia wpłynęliśmy na żeglowną część Dunajca, która zaczyna się od ujścia Łosociny (71 klm. od Wisły). Cechą charakterystyczną tego odcinka są tamy poprzeczne i boczne, odcinające całe wielkie zalewiska, a nieraz sięgające aż na środek rzeki. Wyprostowany nurt niósł nas szybko ku Wiśle. Niedługo też z poza zielonej zasłony wiklin ukazał się w oddali wysoki — żółty brzeg tej rzeki, a na nim domy i kościół Opatowca i byliśmy tam już przed południem, mając za sobą 200 klm. drogi Dunajcem, a przed sobą jeszcze 350 klm. do Warszawy. Przeciętna szybkość dzienna wynosiła dotychczas ok. 80 klm. Należy zaznaczyć, że na Dunajcu nie spotkaliśmy ani jednej łodzi sportowej lub turystycznej.

D. c. n.



Ujście Dunajca do Wisły pod Opatowcem.



Ostatnie wzgórza Karpat.

Opisał i fot. Fr. Piltz.

Wyniki konkursu „Z wody na wodę"

Organizowany w ubiegłym sezonie przez Referat Sportowy „Polskiego Radja", Polskie Towarzystwo Krajoznawcze i Polski Związek Krajowy — konkurs na najpiękniejszą wycieczkę kajakową „Z wody na wodę" dał następujące rezultaty. Na 37 zgłoszonych i odbytych w konkursie wycieczek, na podstawie nadesłanego materjału, zakwalifikowano do konkursu 6 prac. Z pozostałych wyróżniono i nagrodzono jeszcze 7 prac.

Nagrodę pierwszą — kajak dwuosobowy z całkowitem ożaglowaniem, ofiarowany przez Kresową Wytwórnię Łodzi Sportowych z Wilna, otrzymała wycieczka pp. Wisłockich z Warszawy, za włóczęgę po jeziorach Brasławskich w woj. wileńskiem. Poza kajakiem Kresowej Wytwórni Łodzi Sportowych z Wilna pp. Wisłoccy otrzymali dwukilową bonbonierkę czekolady, ofiarowaną przez fabrykę czekolady Fuchs z Warszawy, przeznaczoną dla załogi, w skład której wejdzie kobieta.

Nagrodę drugą — kajak dwuosobowy z wiosłami, ofiarowany przez Państwowy Urząd Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego, otrzymał p. Hławiczka Jan z Warszawy za wycieczkę Dunajcem, Wisłą i Dniestrem.

Nagrodę trzecią — namiot dwuosobowy z podłogą — dar wytwórni sprzętu turystycznego „Kora" z Warszawy, otrzymała wycieczka pp. Ziółkowskiego i Litwińskiego ze Lwowa, za opis trasy: Równe — Modlin.

Nagrodę czwartą — żagiel podwójny i ster nożny dla składaka — ofiarowany przez fabrykę składaków Ernest Jenkner z Bielska, otrzymał p. Sekunda Włodzimierz z Warszawy.

Nagrodę piątą — parę wioseł składanych dla kajaka, ofiarowanych przez Centralną Komisję Dostaw Związku Harcerstwa Polskiego z Warszawy, otrzymała wycieczka pp. Muszyńskiego, Piekarskiego i Koniecznego z Ostrowia Wielkopolskiego.

Nagrodę szóstą i ostatnią w konkursie — wiatrówkę, ofiarowaną przez Wytwórnię Sprzętu Turystycznego „Kora" z Warszawy, zdobył p. Sylwester Antoni z Rydułtowy (Śląsk).

Nagrody zachęty otrzymali:

L. Lukesch Adam ze Lwowa — nagroda, rondel podróżny, ofiarowany przez firmę Fraget z Warszawy, i p. Królikowski Bronisław z Warszawy — nagroda, książki, ofiarowane przez Główną Księgarnię Wojskową w Warszawie.

Poza konkursem wyróżniono:

P. Siwkowskiego Józefa z Wilna — dyplomem uznania, książkami, ofiarowanemi przez Główną Księgarnię Wojskową, oraz olbrzymią piłką wodną — dar Fabryki „Wolbrom" z Wolbromia.

Pozatem wyróżniono i nagrodzono książkami, ofiarowanemi przez Główną Księgarnię Wojskową z Warszawy wycieczki: pp. Wierzbickiego Józefa ze Skierniewic, Moterna Edwarda z Chorzowa, Kurowskiego Rudolfa z Tarnowa i Junga Zdzisława z Jędrzejowa.

Za najpiękniejszą wycieczkę harcerską — parę wioseł składanych, ofiarowanych przez Naczelnictwo Związku Harcerstwa Polskiego, zdobył p. Jung.

Specjalną nagrodę — kajak dwuosobowy, ofiarowany przez Związek Sokolstwa Polskiego dla najlepszej wycieczki sokolej, przekazano na przyszłoroczny konkurs kajakowy „Z wody na wodę".

Niezależnie od powyższych nagród każdy uczestnik konkursu otrzyma dziełko Antoniego Heinricha, p. t. „Szlaki wodne Polski", wydane przez Główną Księgarnię Wojskową w Warszawie.

W komisji sędziowskiej konkursu brali udział: p. Okołow-Podhorska — jako delegatka Polskiego Towarzystwa Krajoznawczego, p. Junosza - Dąbrowski — jako delegat P. U. W. F., p. Grzelak — jako delegat Polskiego Związku Kajakowego i p. Włodarkiewicz — jako delegat „Polskiego Radja"



Piękna siedziba Oficerskiego Yacht Klubu Rz. P. w Warszawie.

Motor w jachcie

Miło jest robić plany na przyszłość. Teraz zima — ale nadejdzie znów wiosna, jak to przyjemnie będzie znów znaleźć się na morzu, aby odświeżyć ciało i umysł w przeczystem powietrzu.

Niejeden myśli o kupnie łodzi na której sam lub do spółki z jednym lub kilkoma przyjaciółmi będzie żeglował.

Przed kupnem dobrze jest zdać sobie jasno sprawę co się chce kupić. Czy to ma być otwarta jola, na której na zatokę puszczać się będziemy, czy też kryty jachcik przed którym cały Bałtyk stać będzie otworem. Ilu ludzi ma na nim mieszkać i ile na kupno wydać będziemy mogli.

Jeżeli dwie osoby stanowić mają załogę, to dobry używany jachcik 3 lub 4 tonowy kosztować nas będzie jakieś 1500 do 2000 zł. Większy na 4 do 5 osób załogi jest już droższy. Wydatek jednak nie przekroczy ceny nowego Forda (nie licząc rejestracji tegoż i „funduszu drogowego"). Jeżeli nie znajdziemy czegoś odpowiedniego w Gdyni lub Gdańsku, to jest masa odpowiednich jachtów do sprzedania w Szwecji, Danji lub nawet Anglji. Kwestja sprowadzenia na pokładzie parowca, nie jest skomplikowaną ani drogą.

Czy ten jacht ma mieć motor czy też będziemy się bez niego obchodzić?

Nie ulega wątpliwości, że nowicjusz najprędziej nauczy się żeglarstwa i nabierze zaufania we własne siły na łodzi bezmotorowej. Ale konieczność dostania się do portu przed nocą w cichy wieczór, brak wiatru w skerach Szwecji czy Norwegji robią motor instrumentem — a ile chce pracować — przydatnym a we fjordach niemal nieodzownym.

Mamy do dyspozycji motory benzynowe i ropne. Motor benzynowy jest lekki, mały i tani. Natomiast benzyna jest droga i w razie nieostrożności może spowodować pożar.

Ropne motory są zupełnie bezpieczne, bo używają trudno zapalającą się ropę, są zato kilkakrotnie większe, cięższe i droższe od benzynowych. Ropa zato kosztuje bardzo tanio.

Ponieważ rozchodzi się o motor pomocniczy, którym tylko czasami posługiwać się będziemy i to na krótki przeciąg czasu, damy pierwszeństwo przeto motorowi benzynowemu, który najłatwiej w naszej małej łodzi pomieścić. Przy tym typie, największe kłopoty ma się ze zapalaniem i gaźnikiem. Musimy sobie zdać sprawę, że na morzu motor pracuje ciągle w wilgoci, że jest używany tylko od czasu do czasu, i że jego obsługa jest prawie zawsze niefachowa. Wszelkie izolacje, kontakty śniedzieją i muszą być przed każdem puszczaniem w ruch skrobane. W gaźniku zbiera się wilgoć, trzeba go często czyścić. Niebezpieczeństwo pożaru będzie usunięte, o ile ściśle przestrzegać będziemy by benzyna nie wypływała przez nieszczelności rur, albo gaźnika do łodzi.

Jest cały szereg fabryk wyrabiających doskonałe motory do łodzi. Odznaczają się one silną budową i wolnemi obrotami. Śruba motoru nie powinna się obracać za szybko. 500 do 800 obrotów są najlepsze. Motor umieszczony być może albo w środku albo z boku kila. Umieszczenie środkowe jest dobre o ile łódź jest odpowiednio budowana. Motor dodany później, do łodzi czysto żaglowej, może przez nieodpowiednie umieszczenie śruby łódź zepsuć. Przez tunel w kilu osłabia się tenże, przez wycięcie w sterze ma się złe żeglowanie przy wietrze i złe sterowanie. Nadto gruby kil zakrywa częściowo śrubę i nie pozwala jej działać z pełną wydajnością. Umieszczenie boczne, t. j. z motorem umieszczonym pod kątem do linji środkowej łodzi, nie osłabia jej, nie zmienia jej zdolności nawigacyjnych, a przez swobodny dopływ wody daje pełną wydajność. Kelwin twierdzi, że śruba boczna np. 10-konnego motoru da tę samą szybkość co z motorem 20-konnym umieszczonym w kilu.

Mając jacht żaglowy w użyciu możemy, jak powiedziałem wyżej, najlepiej z boku umieścić śrubę i zamienić go na jacht z motorem pomocniczym. Jako taki, nada się nawet używany motor samochodowy. Lepsze będą motory od dawnych ciężarówek, jako mające wolniejsze obroty. Dobranie śruby jest rzeczą delikatną i aby osiągnąć najlepsze wyniki, nieraz trzeba będzie próbować kilka śrub, by dojść, która da najlepszą szybkość.

Jeszcze jeden rodzaj popędu mechanicznego może tu wejść w rachubę. Są to motory przyczepne t. z. „autboard".

Przy jachtach niewielkich, mających rufę nisko nad wodą bardzo łatwo będzie taki motorek przyczepić. Nie potrzeba przy kadłubie nic przerabiać ani zmieniać. Zalety żeglarskie jachtu pozostaną takie same, bo motor można każdej chwili odjąć. Przez tę łatwość odejmowania i schowania go pod pokładem, szanuje się go, nie wystawiając niepotrzebnie na deszcz i fale. W kajucie możemy go wygodnie obejrzeć i rozebrać. Koszty motorów samochodowych okazyjnych są bardzo małe. Już obecnie motor przyczepny można kupić z drugiej ręki.

Jeszcze jedno chcę dodać. Nie bawmy się motorami bardzo silnemi. Nie mówię tu o wyższych kosztach. Ale poczucie, że ma się motor, który bez trudu pcha jacht z szybkością 10 mil, gotowy nas poprowadzić po wygodniejszym kursie. Zamiast ciągnąć żagle i wyszukiwać wiatru, by odczytać na logu 5 mil jedziemy jak w tramwaju bez wszelkiego trudu.

Motor mocny — ciało mdłe! A przecież dewizą żeglarza jest „z trudnościami łamać uczmy się za młodu".

J. Fischer.



Start jachtów lodowych klubu żeglarskiego „Chojnice" na jeziorze Charzykowskiem.

Piąta Harcerska Konferencja Żeglarska

Dnia 8 grudnia 1932 r. w Państw. U. W. F. i P. W. w obecności przedstawicieli władz harcerskich dhów: Piskorskiego i Wołkowicza oraz Delegata Państwowego Urzędu W. F. i P. W. p. mjra Sikorskiego zostały otwarte obrady V Harcerskiej Konferencji żeglarskiej. Ze wszystkich stron Polski zjechało 41 harcerzy wybitnych fachowców żeglarskich; 19 środowisk wysłało swych delegatów.

Przedmiotem obrad był „Projekt przepisów i regulaminów drużyn żeglarskich" oraz wielki, 3 letni program pracy Harcerstwa Wodnego — opracowane przez Kierownictwo Drużyn Żeglarskich przy Głównej Kwaterze.

Ze strony Kierownictwa Drużyn żeglarskich referowali oddane pod obrady konferencji projekty dhowie: Bublewski, Kierownik Wydz. Drużyn Żeglarskich, por, mar. handl. Kuczyński, oraz Michałowski, następnie rozwinęła się dyskusja poważna i stojąca na wysokim poziomie.

Regulaminy drużyn żeglarskich obejmują: organizację Kierownictwa Drużyn Żeglarskich i jednostek żeglarskich, a największy nacisk położony jest na organizację wyszkolenia sprawnych harcerzy - żeglarzy, oraz ich instruktorów. Dla przeprowadzenia programowego i systematycznego szkolenia wprowadzono szereg stopni żeglarskich, przez które musi przechodzić szkolący się harcerz. Dwa niższe stopnie wymagają umiejętności uprawiania żeglarstwa na wodach śródlądowych. Trzy wyższe dotyczą jachtingu morskiego, a wymagania ich są b. poważne. Najwyższy harcerski stopień żeglarski — kapitan morskiej żeglugi daje prawo prowadzenia większych jachtów morskich po wszystkich morzach bez ograniczeń. Prócz tego istnieją jeszcze dwa stopnie instruktorskie: instruktor żeglarstwa śródlądowego i instruktor żeglarstwa morskiego.

Akcja wydawnicza.

3 letni program pracy harcerskich drużyn żeglarskich przewiduje rozwój harcerstwa wodnego we wszystkich kierunkach, a więc Kierownictwo Drużyn Żeglarskich organizuje szeroką akcję wydawniczą: w niedługim czasie ma się ukazać szereg podręczników żeglarskich, obejmujących całość wyszkolenia żeglarskiego, będzie to rodzaj vademecum żeglarskiego. Brak tego rodzaju wydawnictwa w języku polskim daje się we znaki nietylko harcerstwu, ale wszystkim organizacjom, uprawiającym sporty wodne.

Masowa produkcja łodzi.

Jest w trakcie organizacji masowa produkcja kajaków, a także w niedalekiej przyszłości łodzi t. zw. typu harcerskiego oraz żaglówek pełnomorskich.

Budowa przystani.

Już w tym roku mają być budowane we wszystkich większych środowiskach żeglarskich harcerskie przystanie, — każde silniejsze środowisko musi mieć swoją przystań.

Organizacja punktów postoju.

Wobec żywiołowego rozwoju ruchu kajakowego mają być zorganizowane wzdłuż Wisły i innych większych rzek polskich specjalne punkty postoju dla kajaków. W ten sposób zostanie zniesiona bolączka kajakowców, którzy nie mogą znaleść noclegów w większych miastach, a także nie wiedzą, gdzie przechowywać kajaki. Organizacja punktów postoju walnie przyczyni się do dalszego rozwoju sportu kajakowego.

Sztafeta kajakowa.

W lecie 1933 r. przeprowadzi się harcerską sztafetę kajakową: Katowice — Gdynia. Cel sztafety ma zwrócić uwagę społeczeństwa na konieczność budowy kanału, który umożliwiłby komunikację wodną między Katowicami a Gdynią. Sztafeta odda w Gdyni symboliczną pałeczkę z węgla śląskiego na znak, że w przyszłości węgiel polski winien być transportowany wodą do morza.

Harcerski Ośrodek Morski.

W Gdyni ma powstać Harcerski Ośrodek Morski szkolący instruktorów i żeglarzy, zahartowanych w walce z morzem. Starania Harcerstwa pójdą w kierunku zdobycia taboru morskiego, umożliwiającego szkolenie na morzu.

Harcerski jacht szkolny.

Już od początku 1933 r. zaczynamy wśród społeczeństwa wielką akcję propagandową, mającą na celu zdobycie funduszów na stutonnowy harcerski jacht szkolny, który odbywałby dalekie podróże.

Harcerstwo w swych wielkich zamierzeniach, skierowanych ku wychowaniu licznych rzesz obywateli, obeznanych z morzem wierzy, że uzyska zrozumienie i niezbędną pomoc u władz i wśród najszerszych warstw społecznych. Od tego czy zdołamy się stać panami na morzu — zależy cała przyszłość Polski, albowiem „kto panuje na morzu, panuje nad światem i bogactwa świata całego zgarnia do siebie".

Wyprawa Polskich Żeglarzy.

Dwaj polscy żeglarze z Paryża Wascher i Korzeniowski, zamierzają na wzór słynnego żeglarza-samotnika Gerbaulta odbyć daleką podróż na zwykłej łodzi.

Pierwszym etapem tej podróży ma być Lizbona — Casablanca. W Casablanca każdy żeglarz zamierza zbudować sobie łódź, w której uda się w drogę innych szlakiem. Jeden z nich pojedzie do Australji i po jej okrążeniu powróci do Havru, a drugi uda się w podróż dokoła Afryki, poczem przez kanał Sueski i Morze Śródziemne przybędzie również do Havru. Po spotkaniu się w Havrze obaj żeglarze pojadą do Gdyni.

Od Redakcji: Polski Związek Żeglarski nadesłał nam poniższy list, który umieszczamy bez komentarzy.

Szanowny Panie Redaktorze.

Wobec ukazania się w Nr. 15 z 1932 roku „Sportu Wodnego" artykułu pod tytułem „Światła i cienie minionego sezonu żeglarskiego" uprzejmie prosimy Pana Redaktora o łaskawe umieszczenie w swem poczytnem piśmie następującej wzmianki: „Zarząd P.Z.Ż. nie uważa za właściwe usprawiedliwiać się z zarzutów poczynionych w artykule „Sportu Wodnego" Nr. 15 rok 1932 p. t. „Światła i cienie minionego sezonu żeglarskiego", przeważnie opartych na informacjach nie odpowiadających rzeczywistości, a podpisanych przez autora, kryjącego się pod pseudonimem „Żeglarz". Sprawozdanie Zarządu na dorocznym Sejmiku, który odbędzie się w najbliższym czasie, oświetli w sposób należyty szereg spraw, poruszonych przez autora wspomnianego artykułu, a tem samem będzie odpowiedzią na jego zarzuty.

Z poważaniem

Sekretarz *Eychhorn.* Prezes P.Z.Ż. *Gen. M. Zaruski.*

Do Was Pływacy!

Nieraz na tem miejscu zwracaliśmy się do Was z apelem, nieraz z prośbą z żądaniem nawet... Źle bowiem się wiodło. Bieda nas gniotła, prenumerat nikt na czas opłacić nie chciał, długi za drukarnię, papier, pocztę, honorarja i t. p. — rosły. Apelowaliśmy do Was Czytelnicy; Was uniżenie i gorąco prosiliśmy; Wam gdy, już trudno zdzierżyć było, rozkazywaliśmy płacić... A płacić nikt nie chciał!

Tak z małemi zmianami trwało ośm lat. Ośm lat ciężkiej harówki i niepewnego jutra!

Redaktor Majcher, twórca „Sportu Wodnego" ciężkie zaiste przeżył chwile. Z początku, gdy szło jak z kamienia, wszyscy mu radzili, by rzucił, by wziął co innego, bo szkoda sił na niewdzięczną pracę. Potem, gdy mimo wszystko, najgorsze przetrwać potrafił i, gdy teraz trwa wciąż, sam zupełnie najcięższe zwalając zapory — to podziw i najwyższą admirację budzi.

Kilkanaście tysięcy pochłonęło wydawnictwo. Nie licząc pracy, najodważniejszego odstraszyłoby to. Wydawca zaś z manjackim uporem wierzy w swych czytelników, wierzy w swą ideę i trwa na stanowisku. Niestety, ośm lat znojnej orki zrobiło swoje. Urobione pracą ręce, coraz częściej omdlałe z wysiłku niewiele dźwignąć już potrafią...

* * *

Hasło przetrwania bez programu, bez idei, bez drogowskazu jest właściwie deklaracją rezygnacji.

Niżej podajemy Wam nasz program. Ogólny jest. Godziny, minuty, konkurencje, Wy sami wpiszecie do niego. Wasze będzie pismo i Wy w nim pisać będziecie.

Idea jest jedna, nasza wspólna: polski sport wodny i polskie pływactwo.

Drogowskazem będzie ten numer Sportu Wodnego. Ma on jeszcze usterki, niedokładnie wyznaczone odległości i kilometraż. Pływanie u nas bowiem ugorami leży. Na bezdrożu zaś trudno gościńce odrazu wyznaczać...

Siła przyciągania wody jest przeogromną.

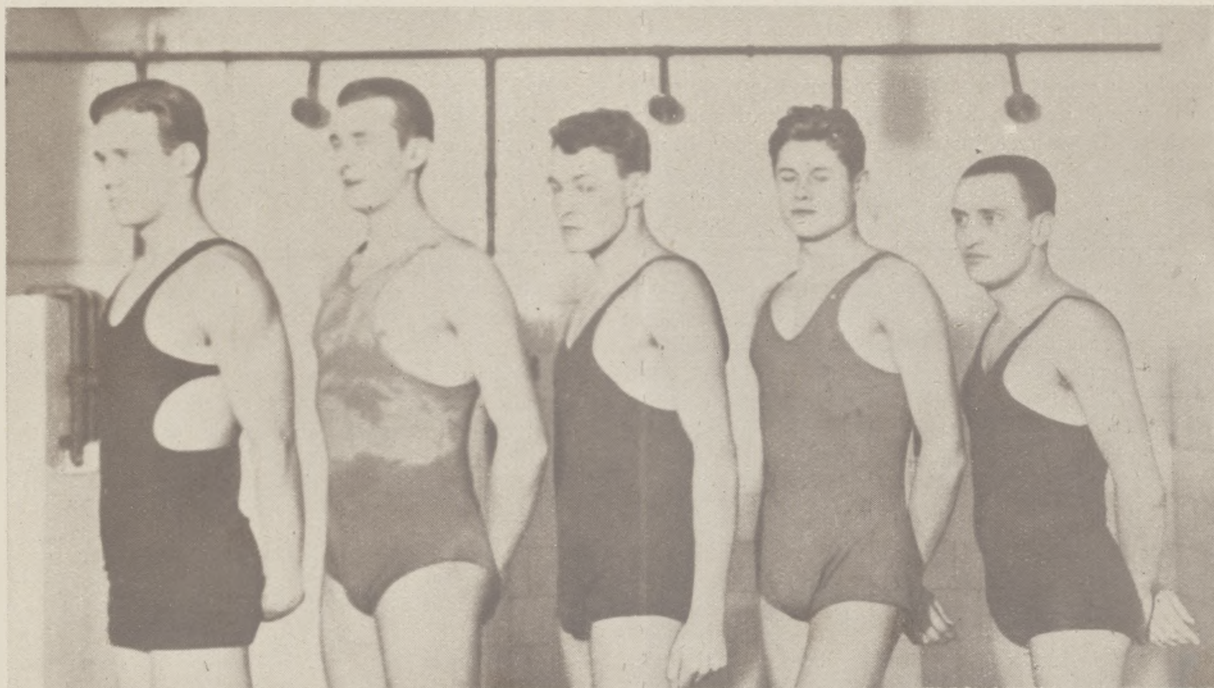
W lecie tysiące wyłazi na plaże i wodę. W zimie setki przychodzi do krytych pływalni, by „pokąpać się". Celem nowego „Sportu Wodnego" w dziewiątym roku istnienia, będzie pokazywać piękno bezkresnego morza, urok przecudnych polskich jezior, rwącą potęgę rzek, płomień siły i tężyznę entuzjazmu pływalni sportowych, a wszystko to, by tysiące tchórzliwych niezdar zamienić w armję trytonów. Bo dla nich jest woda i słońce.

Woda i sport słoneczny — niech żyją!!!

* * *

Dla uzupełnienia muszę napisać coś i o sobie. Przykra to nieco rola zachwalać własny towar, ale nikt nie miał dostatecznie chęci, do spreparowania „entuzjastycznego wstępu noworocznego" — musiałem jak widzicie sam zapłonąć. Teraz trzeba bym utrzymał się w obłoku natchnienia et voila: Dział sportu pływackiego objął Bocheński. Obiecuje złote góry. Będzie pisał o pływaniu i jego tajemnicach, o pływakach, o zawodach, o treningu i o sobie. Odpowiadać będzie (dotąd było inaczej) na wszelkie listy prenumeratorów pisane o poradę. Słowem część tego byłaby dostateczną. Biorąc jednak jego sumienność, pracowitość, obowiązkowość ect. można sądzić, że w dziesiątej części wykonane będzie.

KAZ. BOCHEŃSKI.



Czołowi pływacy stołeczni: Karpiński, Olszewski, Szwankowski i Matysiak, pośrodku K. Bocheński.

Drogi pływactwa polskiego

Im większe znaczenie wychowawcze i społeczne ma która gałąź sportu, tem cięższe i odpowiedzialniejsze jest zadanie kierującego nią związku. I dlatego przyzna każdy, że praca, jaka otwiera się przed Polskim Związkiem Pływackim, jest wyjątkowo trudna.

Przedewszystkiem bowiem P. Z. P. jest obok Związku Narciarskiego jedynym, który spotkało wyróżnienie ze strony PUWF. i PW. w formie uznania jego działalności na polu szkolenia instruktorów. Uznanie to przejawia się w krokach, podjętych przez ten Urząd w Ministerstwie Spraw Wewnętrznych w kierunku wydania zarządzeń, zakazujących zarobkowego nauczania narciarstwa i pływania osobom, nie posiadającym właściwego dyplomu. Do wydania tych dyplomów mają być uprawnione P. Z. Pływ. i P. Z. Narc. Nie obejmując swym wnioskiem innych związków, wychodził PUWF. i PW. z założenia, że praca ich dotychczasowa na polu szkolenia przodowników, instruktorów i trenerów nie jest jeszcze należycie postawiona.

Takie wyróżnienie stwarza dla Związku i dla sportu pływackiego wielkie korzyści. Związek bowiem przez ujęcie wydawania dyplomów w swe ręce będzie miał możność dopilnowania, by nie dostawały się one osobom, nie posiadającym kwalifikacyj na nauczyciela pływania sportowego, będzie mógł ukrócić szkodliwą działalność niektórych dyletantów, będzie mógł wreszcie zmusić konserwatywnych i upartych nauczycieli pływania starej daty, ignorujących nowe zdobycze tego sportu, do zapoznania się z tem, co na polu sportu pływackiego uczyniono w ciągu ostatnich lat kilkunastu. Zmusi się w ten sposób tych ludzi do wprowadzenia nowej naturalnej metody nauki pływania, doprowadzi się do tego, że ich wychowankowie nie będą stawiali pierwszych swych kroków we wręcz antysportowym kierunku.

Poza tą korzyścią, poza wzrostem autorytetu Związku, przyjdzie niewątpliwie pewien stały dochód z opłat egzaminacyjnych, przyjdzie wreszcie możność prowadzenia pośrednictwa pracy instruktorów. Spotykamy się obecnie bowiem nader często z tym objawem, iż dla najbardziej wykwalifikowanych instruktorów i trenerów, którzy ukończyli kursy PZP., nie można znaleźć posad, gdyż są one zajęte przez bardziej ustosunkowanych i „zasiedziałych" dyletantów. Nierzadkie są wypadki, gdy kluby prowincjonalne i władze samorządowe utrzymują na swych pływalniach „instruktorów", nie mających o pływaniu pojęcia. Doszło do tego nawet, że np. jeden z ośrodków W. F., bezpośrednio po kursie wiessnerowskim PZP. zaangażował z pośród kilku mieszkających na swoim terenie uczestników kursu tego właśnie, który dyplomu nie otrzymał i wykazał najgorsze postępy.

Takie przywileje PZP. nakładają nań jednak niezwykle ciężkie obowiązki. Organizacja wyszkolenia i egzaminowania nauczycieli pływania musi być prowadzona bez zarzutu, a zadanie to będzie tem cięższe, iż nie ograniczy się ono do przeprowadzenia kursów od wypadku do wypadku, lecz będzie wymagało stałej i systematycznej pracy.

Szkolenie instruktorów, jeżeli będzie należycie postawione, zawierać w sobie będzie już w znacznej mierze to, czego oczekujemy od związku w zakresie propagandy. Każdy bowiem instruktor zawodowy w końcu jakąś placówkę w terenie zdobyć sobie musi, a praca jego będzie lepszą i skuteczniejszą propagandą, aniżeli różnego rodzaju druki, odczyty i zachęcania we wszelkich innych formach.

To byłaby zatem praca w kierunku rozszerzenia kadr pływaków w kraju.

Drugiem zadaniem Związku jest wzmocnienie wewnętrznej organizacji tego sportu. Praca PZP., jeżeli chodzi o działalność zarządu centralnego, była w ostatnich latach niewątpliwie na wysokości zadania, choć oczywiście usterki, jak wszędzie, możnaby wynaleźć. Gorzej przedstawia się sprawa działalności związków okręgowych. Tutaj stan rzeczy jest rozmaity: od doskonale funkcjonujących związków okręgowych, jak np. poznański, poprzez poprawne, jak np. warszawski, czy górnośląski, dochodzimy do tak chronicznie martwych, jak krakowski, czy lwowski.

Wyniki pracy instruktorów i nowych ośrodków w terenie nie będą zarejestrowane ani ujęte w ramy organizacyjne, nie dadzą wreszcie widocznego efektu czysto sportowego, jeżeli nie znajdą oparcia w związkach okręgowych, tych dzielnicowych ekspozyturach PZP. Trzeba przyznać, że Zarząd PZP. wiele czynił, by pobudzić martwe okręgi do pracy, jednak walka z chronicznem nieróbstwem i skłonienie do pracy dla ogółu tych przysięgłych klubowców jest zadaniem bardziej niewdzięcznem, niż np. wołania na puszczy.

Jest rzeczą znamienną, że istnieją okręgi, jednoczące w sobie po dwa z pośród najsilniejszych klubów pływackich w Polsce (Kraków), które od lat kilku nie są w stanie wyłonić choćby jakiego takiego zarządu, zdolnego pracować dłużej, niż... 2 tygodnie. Niewątpliwie jest to wynikiem wybitnie klubowego nastawienia miejscowych działaczy. W innych okręgach nieczynnych (np. Lwów, Pomorze) zastój jest wynikiem braku zainteresowania dla pływactwa. Ten stan rzeczy, jeszcze mniej pocieszający, jest jednak bardziej zrozumiały od indolencji okręgu, który stale i zawsze podkreśla, iż jest kolebką sportu pływackiego w Polsce.

W zakresie organizacyjnym najważniejsza praca czeka PZP. w dziedzinie „ustawodawczej". Tak, jak Państwo Polskie przechodzi obecnie po 14 latach istnienia okres szczególnie ożywionej działalności ustawodawczej, okres w którym wszystko zmienia się i nowelizuje, tak samo pora jest, by o 4 lata młodszy PZP. przystąpił do gruntownej rewizji swych przepisów, które służyły dobrze w pierwszym okresie, ale które dziś już nie odpowiadają potrzebom życia. Zmian najwięcej należy oczekiwać w przepisach, regulujących wewnętrzną organizację PZP., tok postępowania przed jego organami, sprawy dyscyplinarne, odwołania it. p., gdyż w tej dziedzinie mamy dotąd chaos i wszystkie kwestje rozstrzygane są od wypadku do wypadku, nie znajdując pisanego przepisu. Pracuje się już w tym kierunku, i ponoć najbliższe walne zgromadzenie PZP. ma stanąć w obliczu całego kompleksu nowych przepisów.

Wreszcie na końcu przejść trzeba do rzeczy, którą stawiają na pierwszym planie wszystkie niemal związki i kluby sportowe: kwestji podniesienia poziomu sportowego czoła, t. zw. „rozwoju wzwyż". I słusznie związki stawiają ten zakres swej działalności na pierwszem miejscu. Nie chodzi tu bowiem tylko o to, że jest to praca najwdzięczniejsza, najwyższa, dająca najbardziej efektowne i miłe dla oka rezultaty, ale także i dlatego, że podniesienie poziomu czoła przyczynia się walnie do propagandy wszerz.

Utarł się pogląd, że nie osiągnie się trwałych, wysokich wyników grupy czołowej, o ile nie będzie dla nich szerokich podstaw, o ile dany sport nie będzie uprawiany powszechnie. Polski hokej na lodzie zadał temu kłam. Stał on bardzo wysoko, gdy mieliśmy jedną drużynę, upadł w okresie, gdy się wszerz rozrósł. Takich przykładów możnaby dać więcej. Niewątpliwie łatwiej jest Ameryce czy Japonji wyłowić kilkudziesięciu asów z pośród dziesiątków tysięcy swych pływaków, niż nam jednego Bocheńskiego z tej naszej nielicznej garstki. Ale mimo to można mieć mistrzów wielkiej klasy, mas nie posiadając.

Natomiast niespornem jest, iż wielkie sukcesy reprezentatów oddziaływują, jak magnes, na masy i są najlepszą propagandą także wewnętrzną. Przykłady tych samych hokeistów, Konopackiej, Jędrzejowskiej i Tłoczyńskiego są dostatecznie wymowne.

Wreszcie najważniejszym względem, który nakazuje związkom troszczyć się o podniesienie poziomu sportowego swego działu przedewszystkiem, jest to, że poza niemi nikt inny tem zajmować się nie będzie.

Budową urządzeń, szkoleniem instruktorów, propagandą i t. d. zajmują się urzędy państwowe, samorządy, organizacje społeczne niesportowe, organizacje przysposobienia wojskowego i t. d. Nikt z nich nie będzie jednak pracował nad podniesieniem wyników mistrzów.

A przyznać trzeba, że na tym odcinku postępy polskiego pływactwa w ostatnich dwóch latach, aczkolwiek dość znaczne, nie są jednak dostateczne. W każdym razie bledną one wobec postępów zagranicy. Posuwamy się naprzód naogół wolniej, niż zagranica. A przecież musimy ją dogonić.

Nad przyczynami tego zahamowania się pędu naszych rekordów i nad środkami zaradczemi trzeba się będzie zastanowić innym razem.

T. Semadeni.

Oddech w crawlu

Zasada, o której nigdy nie należy zapominać: szybki wdech, powolny równy wydech.

Usta przy wdechu należy otwierać możliwie najszerzej. Łyk bowiem powietrza przy najszybszem nawet wykonaniu obrotu głowy, musi być zawsze wystarczający. Nie należy nigdy, nawet wtedy, gdy nie jest się zmęczonym, oddychać przez pół.

Każde osłabienie mięśni przechodzi do serca. Zmęczenie zaś serca przy pływaniu ma dwie przyczyny: zatamowanie krwibiegu w mięśniach, przez zbytnie, a ciągłe ich naprężania i, — niedostatecznie częsty i głęboki oddech, który nie daje wystarczającej ilości tlenu dla krwi.

Aby oddech był dobry, musi wydech poprzedzający być całkowity. Przy zupełnem wypróżnieniu płuc wystarczy otworzyć tylko szeroko usta, a powietrze samo wejdzie, bez żadnego wysiłku ze strony pływaka.

Wydychać należy powoli i w takiem tempie, aby koniec wydechu stanowił bezpośrednio początek wdechu.

Opanowanie oddechu jest rzeczą niezwykle ważną. Taris, gdy mu zarzucano zbytni roling, oświadczył, że woli to, niźli niewygodny oddech. Strata bowiem na perfekcji stylu jest niewspółmiernie małą w stosunku do zmęczenia, jakie powoduje najmniejsze uchybienie w oddechu.

Na igrzyskach amsterdamskich, amerykański olimpijczyk Crabbe, wprowadził nowy sposób oddechu na dwie strony. Rzecz polega na tem, że miast brać wdech za każdym pociągnięciem ramienia, oddycha się tylko co trzeci pojedyńczy ruch ręki.

Zysk z tego powodu jest znakomity, bo pozwala na lepsze utrzymanie ciała w równowadze, a jednocześnie ilość męczących obrotów głowy zmniejsza się wydatnie, przytem crawl taki jest już całkowicie symetryczny i pozbawiony wszelkich nierówności przy pociągnięciach obu rąk.

Trudnością jest tu tylko opanowanie go. Szczególnie przyzwyczajonym do oddechu na jedną stronę, styl nowy wydaje się duszącym, jednak walory i korzyści z oddechu dwustronego są tak widoczne, że wszyscy powinni tak pływać.

Oczywiście nie znaczy to, że gdy komuś stary sposób lepiej odpowiada, aby za wszelką cenę starał się zmieniać styl. Gdzie jak gdzie, ale w pływaniu naśladować bezmyślnie czyjeś metody, absolutnie nie popłaca. Styl, to jest 60 procent szybkości, powiedział Waissmüller.

Każdy musi styl własny posiadać, przystosowany do własnych możliwości i warunków. Niema dwu pływaków o identycznych stylach. W lekkiej atletyce naprzykład styl stylem, ale siła i trening decyduje. W pływaniu jest inaczej i o tem trzeba pamiętać.

To dla tych, którzy nie mogąc pływać tak jak ich koledzy czują się zrozpaczeni.

Oddech starą metodą też coś wart, skoro największych jak dotąd wydał rekordzistów.

Johnny Waissmüller, Arne Borg, Charlton i inni nie znali oddechu „duszonego", a jednak rekordy ich wciąż zostają nienaruszone.

P. S. Na pytania podobnie postawione jak to uczynił pan J. R. z Krakowa, trudno naprawdę odpowiedzieć: Jak pływam? Musiałbym cały artykuł napisać. To zresztą zrobi się kiedy. Oddycham na dwie strony i uważam, że jest mi z tem „do twarzy". Nawroty robię bez pomocy drążka. Tak, uważam że to właśnie dobrze. Dlaczego, innym razem.

K. B.



Grupa pływaków A. Z. S. na treningu w Domu Akademickim.

Drogi pływactwa polskiego

Im większe znaczenie wychowawcze i społeczne ma która gałąź sportu, tem cięższe i odpowiedzialniejsze jest zadanie kierującego nią związku. I dlatego przyzna każdy, że praca, jaka otwiera się przed Polskim Związkiem Pływackim, jest wyjątkowo trudna.

Przedewszystkiem bowiem P. Z. P. jest obok Związku Narciarskiego jedynym, który spotkało wyróżnienie ze strony PUWF. i PW. w formie uznania jego działalności na polu szkolenia instruktorów. Uznanie to przejawia się w krokach, podjętych przez ten Urząd w Ministerstwie Spraw Wewnętrznych w kierunku wydania zarządzeń, zakazujących zarobkowego nauczania narciarstwa i pływania osobom, nie posiadającym właściwego dyplomu. Do wydania tych dyplomów mają być uprawnione P. Z. Pływ. i P. Z. Narc. Nie obejmując swym wnioskiem innych związków, wychodził PUWF. i PW. z założenia, że praca ich dotychczasowa na polu szkolenia przodowników, instruktorów i trenerów nie jest jeszcze należycie postawiona.

Takie wyróżnienie stwarza dla Związku i dla sportu pływackiego wielkie korzyści. Związek bowiem przez ujęcie wydawania dyplomów w swe ręce będzie miał możność dopilnowania, by nie dostawały się one osobom, nie posiadającym kwalifikacyj na nauczyciela pływania sportowego, będzie mógł ukrócić szkodliwą działalność niektórych dyletantów, będzie mógł wreszcie zmusić konserwatywnych i upartych nauczycieli pływania starej daty, ignorujących nowe zdobycze tego sportu, do zapoznania się z tem, co na polu sportu pływackiego uczyniono w ciągu ostatnich lat kilkunastu. Zmusi się w ten sposób tych ludzi do wprowadzenia nowej naturalnej metody nauki pływania, doprowadzi się do tego, że ich wychowankowie nie będą stawiali pierwszych swych kroków we wręcz antysportowym kierunku.

Poza tą korzyścią, poza wzrostem autorytetu Związku, przyjdzie niewątpliwie pewien stały dochód z opłat egzaminacyjnych, przyjdzie wreszcie możność prowadzenia pośrednictwa pracy instruktorów. Spotykamy się obecnie bowiem nader często z tym objawem, iż dla najbardziej wykwalifikowanych instruktorów i trenerów, którzy ukończyli kursy PZP., nie można znaleźć posad, gdyż są one zajęte przez bardziej ustosunkowanych i „zasiedziałych” dyletantów. Nierzadkie są wypadki, gdy kluby prowincjonalne i władze samorządowe utrzymują na swych pływalniach „instruktorów”, nie mających o pływaniu pojęcia. Doszło do tego nawet, że np. jeden z ośrodków W. F., bezpośrednio po kursie wiessnerowskim PZP. zaangażował z pośród kilku mieszkających na swoim terenie uczestników kursu tego właśnie, który dyplomu nie otrzymał i wykazał najgorsze postępy.

Takie przywileje PZP. nakładają nań jednak niezwykle ciężkie obowiązki. Organizacja wyszkolenia i egzaminowania nauczycieli pływania musi być prowadzona bez zarzutu, a zadanie to będzie tem cięższe, iż nie ograniczy się ono do przeprowadzenia kursów od wypadku do wypadku, lecz będzie wymagało stałej i systematycznej pracy.

Szkolenie instruktorów, jeżeli będzie należycie postawione, zawierać w sobie będzie już w znacznej mierze to, czego oczekujemy od związku w zakresie propagandy. Każdy bowiem instruktor zawodowy w końcu jakąś placówkę w terenie zdobyć sobie musi, a praca jego będzie lepszą i skuteczniejszą propagandą, aniżeli różnego rodzaju druki, odczyty i zachęcania we wszelkich innych formach.

To byłaby zatem praca w kierunku rozszerzenia kadr pływaków w kraju.

Drugiem zadaniem Związku jest wzmocnienie wewnętrznej organizacji tego sportu. Praca PZP., jeżeli chodzi o działalność zarządu centralnego, była w ostatnich latach niewątpliwie na wysokości zadania, choć oczywiście usterki, jak wszędzie, możnaby wynaleźć. Gorzej przedstawia się sprawa działalności związków okręgowych. Tutaj stan rzeczy jest rozmaity: od doskonale funkcjonujących związków okręgowych, jak np. poznański, poprzez poprawne, jak np. warszawski, czy górnośląski, dochodzimy do tak chronicznie martwych, jak krakowski, czy lwowski.

Wyniki pracy instruktorów i nowych ośrodków w terenie nie będą zarejestrowane ani ujęte w ramy organizacyjne, nie dadzą wreszcie widocznego efektu czysto sportowego, jeżeli nie znajdą oparcia w związkach okręgowych, tych dzielnicowych ekspozyturach PZP. Trzeba przyznać, że Zarząd PZP. wiele czynił, by pobudzić martwe okręgi do pracy, jednak walka z chronicznem nieróbstwem i skłonienie do pracy dla ogółu tych przysięgłych klubowców jest zadaniem bardziej niewdzięcznem, niż np. wołania na puszczy.

Jest rzeczą znamienną, że istnieją okręgi, jednoczące w sobie po dwa z pośród najsilniejszych klubów pływackich w Polsce (Kraków), które od lat kilku nie są w stanie wyłonić choćby jakiego takiego zarządu, zdolnego pracować dłużej, niż... 2 tygodnie. Niewątpliwie jest to wynikiem wybitnie klubowego nastawienia miejscowych działaczy. W innych okręgach nieczynnych (np. Lwów, Pomorze) zastój jest wynikiem braku zainteresowania dla pływactwa. Ten stan rzeczy, jeszcze mniej pocieszający, jest jednak bardziej zrozumiały od indolencji okręgu, który stale i zawsze podkreśla, iż jest kolebką sportu pływackiego w Polsce.

W zakresie organizacyjnym najważniejsza praca czeka PZP. w dziedzinie „ustawodawczej”. Tak, jak Państwo Polskie przechodzi obecnie po 14 latach istnienia okres szczególnie ożywionej działalności ustawodawczej, okres w którym wszystko zmienia się i nowelizuje, tak samo pora jest, by o 4 lata młodszy PZP. przystąpił do gruntownej rewizji swych przepisów, które służyły dobrze w pierwszym okresie, ale które dziś już nie odpowiadają potrzebom życia. Zmian najwięcej należy oczekiwać w przepisach, regulujących wewnętrzną organizację PZP., tok postępowania przed jego organami, sprawy dyscyplinarne, odwołania it. p., gdyż w tej dziedzinie mamy dotąd chaos i wszystkie kwestje rozstrzygane są od wypadku do wypadku, nie znajdując pisanego przepisu. Pracuje się już w tym kierunku, i ponoć najbliższe walne zgromadzenie PZP. ma stanąć w obliczu całego kompleksu nowych przepisów.

Wreszcie na końcu przejść trzeba do rzeczy, którą stawiają na pierwszym planie wszystkie niemal związki i kluby sportowe: kwestji podniesienia poziomu sportowego czoła, t. zw. „rozwoju wzwyż”. I słusznie związki stawiają ten zakres swej działalności na pierwszem miejscu. Nie chodzi tu bowiem tylko o to, że jest to praca najwdzięczniejsza, najwyższa, dająca najbardziej efektowne i miłe dla oka rezultaty, ale także i dlatego, że podniesienie poziomu czoła przyczynia się walnie do propagandy wszerz.

Utarł się pogląd, że nie osiągnie się trwałych, wysokich wyników grupy czołowej, o ile nie będzie dla nich szerokich podstaw, o ile dany sport nie będzie uprawiany powszechnie. Polski hokej na lodzie zadał temu kłam. Stał on bardzo wysoko, gdy mieliśmy jedną drużynę, upadł w okresie, gdy się wszerz rozrósł. Takich przykładów możnaby dać więcej. Niewątpliwie łatwiej jest Ameryce czy Japonji wyłowić kilkudziesięciu asów z pośród dziesiątków tysięcy swych pływaków, niż nam jednego Bocheńskiego z tej naszej nielicznej garstki. Ale mimo to można mieć mistrzów wielkiej klasy, mas nie posiadając.

Natomiast niespornem jest, iż wielkie sukcesy reprezentatów oddziaływują, jak magnes, na masy i są najlepszą propagandą także wewnętrzną. Przykłady tych samych hokeistów, Konopackiej, Jędrzejowskiej i Tłoczyńskiego są dostatecznie wymowne.

Wreszcie najważniejszym względem, który nakazuje związkom troszczyć się o podniesienie poziomu sportowego swego działu przedewszystkiem, jest to, że poza niemi nikt inny tem zajmować się nie będzie.

Budową urządzeń, szkoleniem instruktorów, propagandą i t. d. zajmują się urzędy państwowe, samorządy, organizacje społeczne niesportowe, organizacje przysposobienia wojskowego i t. d. Nikt z nich nie będzie jednak pracował nad podniesieniem wyników mistrzów.

A przyznać trzeba, że na tym odcinku postępy polskiego pływactwa w ostatnich dwóch latach, aczkolwiek dość znaczne, nie są jednak dostateczne. W każdym razie bledną one wobec postępów zagranicy. Posuwamy się naprzód naogół wolniej, niż zagranica. A przecież musimy ją dogonić.

Nad przyczynami tego zahamowania się pędu naszych rekordów i nad środkami zaradczemi trzeba się będzie zastanowić innym razem.

T. Semadeni.

Oddech w crawlu

Zasada, o której nigdy nie należy zapominać: szybki wdech, powolny równy wydech.

Usta przy wdechu należy otwierać możliwie najszerzej. Łyk bowiem powietrza przy najszybszem nawet wykonaniu obrotu głowy, musi być zawsze wystarczający. Nie należy nigdy, nawet wtedy, gdy nie jest się zmęczonym, oddychać przez pół.

Każde osłabienie mięśni przechodzi do serca. Zmęczenie zaś serca przy pływaniu ma dwie przyczyny: zatamowanie krwibiegu w mięśniach, przez zbytnie, a ciągłe ich naprężania i, — niedostatecznie częsty i głęboki oddech, który nie daje wystarczającej ilości tlenu dla krwi.

Aby oddech był dobry, musi wydech poprzedzający być całkowity. Przy zupełnem wypróżnieniu płuc wystarczy otworzyć tylko szeroko usta, a powietrze samo wejdzie, bez żadnego wysiłku ze strony pływaka.

Wydychać należy powoli i w takiem tempie, aby koniec wydechu stanowił bezpośrednio początek wdechu.

Opanowanie oddechu jest rzeczą niezwykle ważną. Taris, gdy mu zarzucano zbytni roling, oświadczył, że woli to, niźli niewygodny oddech. Strata bowiem na perfekcji stylu jest niewspółmiernie małą w stosunku do zmęczenia, jakie powoduje najmniejsze uchybienie w oddechu.

Na igrzyskach amsterdamskich, amerykański olimpijczyk Crabbe, wprowadził nowy sposób oddechu na dwie strony. Rzecz polega na tem, że miast brać wdech za każdym pociągnięciem ramienia, oddycha się tylko co trzeci pojedyńczy ruch ręki.

Zysk z tego powodu jest znakomity, bo pozwala na lepsze utrzymanie ciała w równowadze, a jednocześnie ilość męczących obrotów głowy zmniejsza się wydatnie, przytem crawl taki jest już całkowicie symetryczny i pozbawiony wszelkich nierówności przy pociągnięciach obu rąk.

Trudnością jest tu tylko opanowanie go. Szczególnie przyzwyczajonym do oddechu na jedną stronę, styl nowy wydaje się duszącym, jednak walory i korzyści z oddechu dwustronego są tak widoczne, że wszyscy powinni tak pływać.

Oczywiście nie znaczy to, że gdy komuś stary sposób lepiej odpowiada, aby za wszelką cenę starał się zmieniać styl. Gdzie jak gdzie, ale w pływaniu naśladować bezmyślnie czyjeś metody, absolutnie nie popłaca. Styl, to jest 60 procent szybkości, powiedział Waissmüller.

Każdy musi styl własny posiadać, przystosowany do własnych możliwości i warunków. Niema dwu pływaków o identycznych stylach. W lekkiej atletyce naprzykład styl stylem, ale siła i trening decyduje. W pływaniu jest inaczej i o tem trzeba pamiętać.

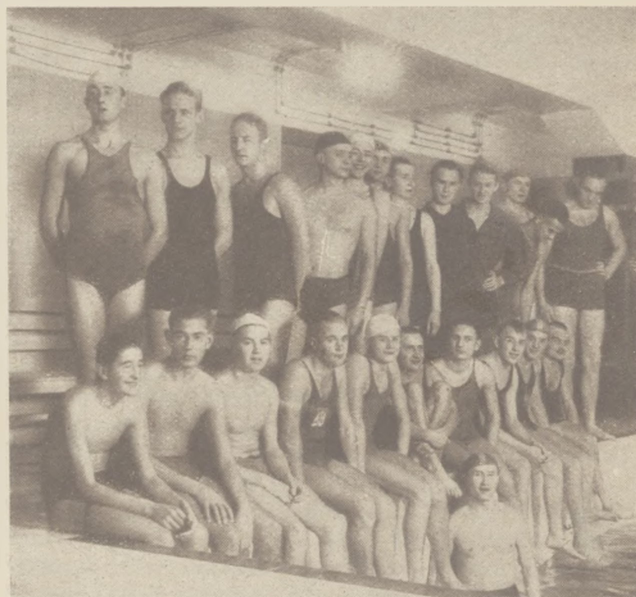
To dla tych, którzy nie mogąc pływać tak jak ich koledzy czują się zrozpaczeni.

Oddech starą metodą też coś wart, skoro największych jak dotąd wydał rekordzistów.

Johnny Waissmüller, Arne Borg, Charlton i inni nie znali oddechu „duszonego", a jednak rekordy ich wciąż zostają nienaruszone.

P. S. Na pytania podobnie postawione jak to uczynił pan J. R. z Krakowa, trudno naprawdę odpowiedzieć: Jak pływam? Musiałbym cały artykuł napisać. To zresztą zrobi się kiedy. Oddycham na dwie strony i uważam, że jest mi z tem „do twarzy". Nawroty robię bez pomocy drążka. Tak, uważam że to właśnie dobrze. Dlaczego, innym razem.

K. B.



Grupa pływaków A. Z. S. na treningu w Domu Akademickim.

PRZEGLĄD WYDARZEŃ SPORTOWYCH.

Pięściarstwo.

Pięściarstwo polskie odniosło podwójny wspaniały sukces w postaci zwycięstwa Warszawy i Łodzi nad renomowaną reprezentacją Brna (Czechosłowacja), które np. może poszczycić się zwycięstwem aż 11:5 nad drużyną Węgier. W Warszawie Czesi ulegli 5:11, przyczem Malecki (W) pokonał Bezdieka, Kazimierski (W) — Navratila, Cyran (W) — Zelinkę, Bąkowski (W) — Kosimę, Seweryniak (W) — Dudika, Skrziwanek (B) zremisował z Dorobą, Ostrumiak (B) wygrał z Karpińskim, a Ambroż (B) z Wocką, wypożyczonym przez Warszawę ze Śląska.

W Łodzi Czesi ulegli 6:10. Bezdiek (B) uzyskał remis z Pawlakiem, Leszczyński (Ł) wygrał z Navratilem, Woźniakiewicz (Ł) został zdyskwalifikowany w spotkaniu z Zelinką, Banasiak (Ł) pokonał Kosimę, Garncarek (Ł) — Dudika, Chmielewski (Ł) zremisował ze Skrziwankiem, Seidel pokonał Ostrumiaka, wreszcie Ambroz zmusił do poddania się Stibbego.

Hokej.

W Zakopanem został rozegrany w czasie świąt, jako pierwszy w Polsce, międzynarodowy turniej hokejowy z udziałem Wiener E. V., Legji (Warszawa), Pogoni (Lwów) i AZS (Poznań). Pierwsze miejsce i tytuł mistrza Zakopanego zdobył W.E.V. — 6 pkt., bijąc Pogoń 3:1, Legję 2:0 i AZS 1:0, drugie — Pogoń — 3 pkt., zwyciężając Legję 3:1 i zremisowawszy z AZS 0:0, trzecie AZS — 2 pkt., mający ponadto remis z Legją 1:1, wreszcie ostatnie — Legja 1 pkt.

Pierwsze mecze wicemistrza Niemiec Brandenburger S. C. w Polsce przyniosły dwa remisy: z lwowskimi Czarnymi 1:1 i krakowskim Sokołem 3:3.

W międzynarodowym turnieju hokejowym o mistrzostwo Krynicy w dn. 30.XII do 3.I.33 r. wzięło udział 6 drużyn, w tem 3 zagraniczne. W grach eliminacyjnych odpadły — Cracovia oraz Krynickie T. H. W półfinałach W. E. V. wygrał z AZS W-wa 4:0, oraz Brandenburger S. C. — z Budepeszteńskim B.K.E. 3:0. Finał przyniósł tytuł mistrzowski W.E.V, który wygrał z Brandenburger S.C. 2:0. W meczu o trzecie miejsce AZS odniósł jedyny sukces, jakim mogą poszczyć się nasze zespoły w grach z zagranicznemi, mianowicie pokonał Budapesti K. E. 2:1.

Wiener E. V. gościł 6 i 7 stycznia w Warszawie, bijąc pierwszego dnia, na otwarcie hokejowego stadjonu Legji, Legję 1:0, a nazajutrz reprezentację Warszawy 3:1.

Reprezentacyjna drużyna Warszawy pokonała w Łodzi zespół miejscowy 5:0.

Narciarstwo.

W czasie Świąt odbył się w Zakopanem pięciodniowy ogólnopolski kurs instruktorów narciarskich, który zgromadził przeszło 250 uczestników.

Pierwszy bieg narciarski na 10 km. wygrał St. Motyka.

W biegu sztafetowym 5×10 km. przy udziale 24 sztafet, wygrała bezkonkurencyjnie pierwsza drużyna S.N. P.T.T. w składzie: W. Berych, St. Marusarz. B. Czech, Dawidek i Skupień, bijąc czasem 3:53:59 o 13 minut drugą z kolei Wisłę. Trzeci był S.N.P.T.T. II, czwarta — Wisła II. Indywidualnie najlepszy był Czech Br.

Z okazji dwudziestopięciolecia sekcji narciarskiej AZS Kraków zorganizowano w Zakopanem dn. 6 b. m. zawody narciarskie. W biegu na 12 km., przy udziale 180 zawodników wygrał Marusarz St. przed Berychem W. W konkurencji kobiet wygrała Chotarska przed Dubieńską.

Różne.

Piłkarska robotnicza reprezentacja Polski uległa w Lipsku drużynie niemieckiej 1:4. Były to zawody z cyklu rozgrywek o robotnicze mistrzostwo Europy.

W Zakopanem odbyły się kilkudniowe zawody hippiczne na śniegu, które cieszyły się dużą popularnością.

Rekord Kusocińskiego w biegu na 3 km (8:18,8) został zatwierdzony i znajdzie się na liście oficjalnych rekordów światowych.

Próba Bocheńskiego bicia pływackiego rekordu polskiego na 100 m. stylem dow. nie powiodła się. Bocheński uzyskał czas 1:01.9. Pozatem Jastrzębski uzyskał na 100 metrach bardzo dobry czas 1:22.8.

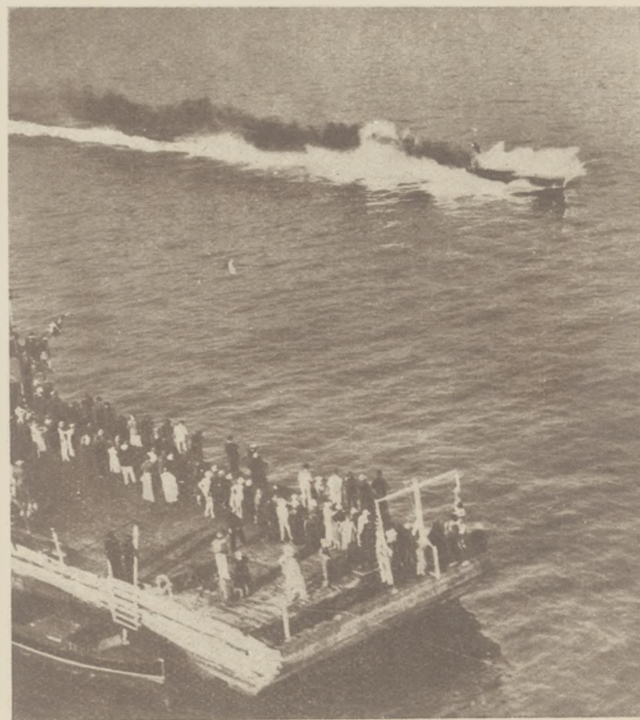
Drużyny estońskiej YMCA pokonały w Warszawie w dn. 2—3 stycznia w spotkaniach siatkówki YMCA warszawską 2:0 (15:1, 15:8) i AZS 2:1 (2:15, 15:9, 15:12), a w koszykówce wygrały z AZS 37:16, zaś zremisowały z YMCA warszawską 24:24.

Zespołowe mistrzostwo Warszawy w zapaśnictwie zdobyła YMCA bijąc w finale Legję 11:5.

Koło narciarskie Warszawskiego Tow. Wioślarskiego.

Zarząd Koła ukonstytuował się, jak nastpuje: prezes Szuliński, wiceprezes — Olszewski, skarbnik — dr. Czuraj, sekretarz R. Jabrzemski, kierownik M. Jabrzemski.

Sekretarjat Koła czynny w poniedziałki i czwartki w godz. 20—21 w gmachu Klubu.



Rekordowa Miss America X w pełnym gazie, na której Gar Wood zdobył puhar Harmswortha.



Z Yacht Klubu Polski

Ś. P. ALEKSANDER JERZY MAMELOK.

Dnia 18 grudnia 1932 roku zmarł po długiej i ciężkiej chorobie jeden z największych przyjaciół sportów wodnych, a w szczególności sportu żeglarskiego, ś. p. Aleksander Jerzy Mamelok. Wiek i zdrowie nie pozwalały mu na bezpośrednie uczestnictwo w radościach sportowych oprócz sportu wodnego motorowego, którego propagatorem jeszcze parę lat temu był zmarły, jako właściciel najładniejszej motorówki stanowiącej obecnie własność Yacht Klubu Polski.

Ś. p. Aleksander Mamelok był jednym z założycieli i długoletnim członkiem zarządu Yacht Klubu Polski. Pozostanie on w naszej pamięci jako człowiek czynu, a nie słów i jako człowiek gorącego serca, dla którego cudza troska czy to osobista, czy też związana z pracą na terenie społecznym była zawsze sprawą pierwszorzędnej wagi, którą jaknajżywiej przyjmował do serca i na którą zareagować poczuwał się do obowiązku niezwłocznie i za pomocą doraźnego czynu. Nie rozumiał innego postępowania. Ileż to razy byliśmy świadkami, przy debatach nad sprawami o charakterze finansowym, gdy brak gotówki stawał na zawadzie ku załatwieniu zagadnienia, ś. p. Aleksander Mamelok przerywał debaty, rzucając krótkie i dobitne słowa: „Jeżeli ktokolwiek z PP. złoży na ten cel zł. 10, to ja złożę zł. 100". Jakże często w innych wypadkach, nic nie mówiąc, sięgał dłonią do swoich zasobów pieniężnych, składając na ten, czy inny cel sumę częstokroć przewyższającą możliwości własne, aby rozchmurzyć cudze czoło zasępione troską. Ceniąc nadewszystko honor członka Y.K.P., honor Bandery klubowej stał zawsze na straży, aby Y. K. P. uszczerbku nie poniósł — „ne detrimenti capiat". Takim był aż do ostatnich chwil życia — wykutym z jednej bryły bez żadnej skazy.

Gdy powiew wyraźnie przeczuwanych, a tak bliskich chwil ciężkich już muskał jego oblicze, tak życzliwie zawsze uśmiechnięte, starał się urwać chociażby jedną godzinę dziennie, aby spędzić ją pośród nas na terenie Yacht Klubu Polski, przyjmując udział w posiedzeniach zarządu i służąc czynną radą.

Odszedł od nas człowiek, którego zastąpić pośród nas będzie b. trudno.

W imieniu Yacht Klubu Polski składam hołd pamięci najszczerszego przyjaciela. *Wacław Szadurski.*

Z Oficerskiego Yacht - Klubu R. P.

Dnia 19 grudnia r. ub. odbyło się Doroczne Zgromadzenie Oficerskiego Yacht-Klubu R. P., na którem ustępujący Zarząd złożył sprawozdania ze swej działalności i zamknięcia budowy reprezentacyjnej przystani. Jako program najbliższej działalności O.Y.K., wobec zamknięcia okresu budowy, postanowił cały wysiłek i ciężar pracy skierować na rozwój życia sportowego i turystyki. W tym sensie zmieniono dotychczasowy statut, mianowicie zlikwidowano zarządy poszczególnych sekcji sportowych, a cały zakres pracy przekazano Zarządowi Głównemu, który ze swej strony dla fachowego kierownictwa poszczególnemi działami sportów powołuje Główną Komisję Sportową. W dziedzinie jachtingu morskiego postanowiono zorganizować autonomiczny Oddział Morski w Gdyni. Dla ułatwienia korpusowi oficerskiemu, ich rodzinom i osobom blisko związanym z korpusem oficerskim i wojskiem wstępu do klubu obniżono wpisowe, które obecnie dla oficerów wynosić będzie 25 zł. przy składce miesięcznej 6 zł., a dla innych t. z. członków nadzwyczajnych — wpisowe 50 zł. i składka miesięczna 10 zł. Najbliższa rodzina członków zwyczajnych i nadzwyczajnych opłaca wpisowe i składkę mniejszą o 50%. Z poszczególnych gałęzi sportów wodnych, O.Y.K. poza żeglarstwem morskiem i śródlądowem, uprawia wioślarstwo, pływactwo, kajakarstwo i wodne sporty motorowe. Pozatem Klub przystępuje do organizacji tenisu na dwu kortach, lekkiej atletyki i gier sportowych.

Wybrane na Walnem Zgromadzeniu władze Klubu ukonstytuowały się następująco:

Rada Naczelna: gen. T. Kasprzycki, gen. K. Zamorski, płk. T. Kossakowski.

Zarząd Główny: Komandor O.Y.K. — ppłk. W. Spałek; W.-Komandor — mjr. dypl. A. Sokołowski, jako zastępca i kierownik żeglarstwa; W.-Komandor — mjr. F. Kozubowski, sprawy sportowe; W.-Komandor — inż. L. Seweryński, sprawy administrac.; Sekretarz — por. F. Trzepałko; Gospodarz — kpt. E. Szubert; Skarbnik — kpt. W. Dobrzański.

Członkowie: ppłk. M. Grodzicki, jednocześnie przewodniczący Komisji statutowo-regulaminowej; por. J. Słomczyński — prasa i propaganda.

Terminarze zawodów łyżwiarskich

organizowanych przez

WARSZAWSKIE TOWARZYSTWO ŁYŻWIARSKIE

w sezonie 1932-33

15.I. 1933 r. o g. 11. — Zawody przeglądowe w jeździe figurowej Pań i Panów oraz w tańcu parami, dostępne dla wszystkich amatorów bez ograniczenia wieku i przynależności klubowej. Pokaz jazdy figurowej pojedyńczej i parami.

22.I. 1933 r. o g. 11. — Zawody dla młodzieży szkolnej w jeździe figurowej stopnia I-go i II-go, oraz w jeździe parami. Pokaz jazdy figurowej.

28, 29.I. 1933 r. o g. 11. — Zawody o Mistrzostwo Okręgu Warszawskiego na rok 1933 w jeździe figurowej Pań, Panów, oraz parami, organizowane przez Warsz. Tow. Łyżw. Zawody dostępne dla Członków Tow. i Klubów zrzeszonych w P. Z. Ł.

1, 2.II. 1933 r. o g. 11. — Zawody Międzyklubowe seniorów i juniorów w jeździe figurowej Pań, Panów, oraz w tańcu parami, dostępne dla wszystkich Klubów i Sekcyj sportowych.

5.II. 1933 r. o g. 11. — Popisy dziecięce w jeździe figurowej - dowolnej, dla dzieci w wieku od 6 do 8 lat. Konkurs dziecięcy w jeździe figurowej dla dzieci w wieku od 9 do 13 lat. Pokaz jazdy figurowej pojedyńczej i parami.

12.II. 1933 r. o g. 11. — Zawody o Mistrzostwo Okręgu Warsz. dla młodzieży w jeździe figurowej pojedyńczej i parami.

18, 19.II. 1933 r. o g. 11. — Zawody wewnętrzne Warsz. Tow. Łyżw. w jeździe figurowej Pań, Panów i parami oraz zawody w jeździe figurowej Panów o puhar przechodni im. Wiceprezesa W. T. Ł. Wojciecha Rudnickiego.

25, 26.II. 1933 r. o g. 11. — Zawody klasyfikacyjne (t. zw. sprawność łyżwiarska) w jeździe figurowej w/g. II-go i III-go programu Pol. Zw. Łyżw. dostępne dla wszystkich amatorów zrzeszonych i niezrzeszonych.

Zawody o Mistrzostwo Polski na rok 1933 w jeździe figurowej parami odbędą się dnia 15 stycznia 1933 roku w Cieszynie z okazji uroczystości Jubileuszu 50-lecia C. T. Ł.

Zawody o Mistrzostwo Polski na rok 1933 w jeździe figurowej Pań i Panów odbędą się dnia 9 lutego 1933 r. w Bielsku.

OD REDAKCJI:

w najbliższym zeszycie Sportu Wodnego ukaże się odpowiedź wiceprezesa P. Z. Ż. p. A. Wolffa na artykuł umieszczony w № 15 r. ub. p. t. „Blaski i cienie minionego sezonu żeglarskiego".

ZAWIADOMIENIE

Poznańskiego Klubu Wioślarek

że na Walnem Zebraniu z dnia 3 listopada 1932 r. ukonstytuował się Zarząd Klubu, jak następuje:

Prezeska — Digna Spandowska, Poznań, Al. Marcinkowskiego 24.
Wiceprezeska — Marja Bembnowska.
Sekretarka — Zofja Moschalewiczówna.
Zast. sekretarki — Marja Przysiecka.
Naczelniczka sportowa — Wanda Wachowiakówna.
Gospod. przystani — Zofja Dźwikowska.
Radne — Marja Jankowska, Jadwiga Krakowska.
Skarbniczka — Felicja Rzadkiewiczówna.

Delegatkami do P.K.T.W., do P.Z.T.W. i do Referatu Kobiecego:

Spandowska Digna, Al. Marcinkowsk. 24.
Wachowiakówna Wanda, Szwajcarska
Rzadkiewiczówna Felicja, Kilińskiego 3.

Cena ogłoszeń: 1 strona zł. 300, 1/2 strony zł. 155, 1/4 str. 80, 1/8 strony zł. 45, w tekście o 50% drożej.

ADRES REDAKCJI I ADMINISTRACJI, WARSZAWA, FOKSAL 15—TEL. 670-56.
Prenumerata „Sportu Wodnego" wynosi kwartalnie zł. 5, rocznie Zł. 20.
Rękopisów nie zwraca się. Ogłoszenia i prenumerata zagraniczna 50% drożej. Konto w P. K. O. Nr. 6013.

Wydawca „WAW" Warszawska Agencja Wydawnicza S-ka z o. odp. *Redaktor MIECZYSŁAW MAJCHER.*

Druk.: Piotr Pyz i S-ka, Warszawa, Miodowa 8, tel. 674-09.